வள்ளலார் காட்டிய ஞானநெறி

பொருளடக்கம்

முன்னுரை 1

எல்லா ஜீவன்களையும்விட அறிவிற் சிறந்தவன் மனிதனே. இதில் சந்தேகமில்லை. வியப்புமில்லை. எல்லாத் துறைகளிலும் மனிதன் கண்டுள்ள சாதனைகள் ஏராளம் ஏராளம்.

சந்திர மண்டலத்திற்கே சென்று திரும்பி வரக்கூடிய அளவிற்கு விஞ்ஞான அறிவு வளர்ந்திருந்தாலும், வாழ்க்கையில் ஏற்படும் அனுபவங்களைக் கொண்டு, மனித சமுதாயம் சில முடிவுகளை ஏற்றுக் கொண்டுள்ளது.

1. யாராயிருந்தாலும் என்றாவது ஒரு நாள் இறந்துதான் போக வேண்டும்.
2. வாழ்வில் ஏற்படும் ஆபத்துக்களுக்கும், துன்பங்கட்கும் காரணம், நாம் செய்த முன் வினையே ஆகும்.
3. மனித வாழ்வின் முடிவில் அதாவது பக்தியுடன் புண்ணியமும் செய்த ஆன்மாக்கள் உடலை விட்டுப் பிரிந்த பின் அதாவது மரணத்திற்குப் பின் இறைவனுடன் ஐக்கியமாகிவிடும். மீண்டும் பிறப்பெடுக்காது.
4. இந்த நிலை அடைவதற்குச் சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் என நான்கு

நெறிகள் உண்டு, அதற்குரிய பதவிகள் சாலோகம், சாமீபம், சாரூபம், சாயுச்சியம் என நான்கு ஆகும்.

5. இறை பக்தியை சடங்குகளும், விரதங்களும், ஆலய வழிபாடுகளும், திருவிழாக்களும் வளர்க்கும்.

6. மண்ணாசை, பெண்ணாசை, பொன்னாசை ஆகிய மூன்று ஆசைகளையும் துறந்து கானகம் சென்று கடுந்தவம் செய்தால் கடவுளைக் காணலாம்.

ஒவ்வொரு சமயமும் தன்னுடைய தெய்வமே உயர்ந்தது - ஆற்றல் மிக்கது என்று போதிப்பதுடன் மற்றச் சமயத் தெய்வங்களைப் பொய்யென்று தூற்றுகின்றது. சமயப் பூசல்களும் மதச் சண்டைகளும் மலிந்துவிட்ட இந்தக் காலத்தில் தெய்வத்தின் உண்மை இதுதான் என நன்கு விளக்கவும், மாண்டு போய்க் கொண்டிருக்கும் மனித சமுதாயத்தை மரணத்தின் பிடியிலிருந்து மீட்கவும் வள்ளலார் தோன்றினார். 19ம் நூற்றாண்டில் தோன்றிய திருவருட்பிரகாச வள்ளலார் காட்டிய ஞானநெறியை நன்றாக நாம் உணர்ந்து கொள்ள வேண்டியது மிகவும் இன்றியமையாதது.

திருவருட்பிரகாச வள்ளலார் எனப் போற்றப்படும் வடலூர் இராமலிங்க அடிகளார் முடிந்த முடிபாகக் கூறிய சில கருத்துக்கள் :

1. மரணத்திற்குப் பின் எந்த ஜீவனும் நரகத்திற்கோ, சொர்க்கத்திற்கோ செல்லாது. மோட்சம், முக்தி என்பனவெல்லாம் இறந்த பின் அடைவது அல்ல. இந்த உடம்பில் உயிர் உள்ளபோதே இறைவனை அறிந்து அடைய வேண்டும். அப்படியில்லாமல் இறந்து போனால் ஜீவனானது இந்தத் தேகத்தில் செய்த வினைக்கேற்ப அடுத்த பிறவி எடுத்தே தீரும்.
2. மரணத்திற்குக் காரணம் அஜாக்கிரதையே, கிடைத்த இந்தத் தேகத்தையே நித்திய தேகமாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.
3. ஊழ்வினையின் தாக்குதலை நம்மால் தடுத்துக் கொள்ள முடியும்.

மரணமிலாப் பெருவாழ்வை மனிதனால் அடைய முடியும் என்று கூறிய வள்ளலார் ஏற்படுத்தியவை :-

1. சமரச சுத்த சன்மார்க்க சத்திய சங்கம்
2. சமரச சுத்த சன்மார்க்க சத்திய தருமச்சாலை

3. சமரச சுத்த சன்மார்க்க சத்திய ஞானசபை

வள்ளலார் ஏற்படுத்திய சமரச சுத்த சன்மார்க்க சத்திய சங்கமானது இப்போது உலகெங்கும் பரவி வள்ளலாரின் போதனைகளை மக்கள் மத்தியில் பரப்பி வருகின்றது.

தருமச் சாலை தொடங்கியபோது ஜீவகாருண்யத்தை வலியுறுத்திப் போதித்ததுடன் ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம் என்ற நூலையும் எழுதினார்.

தான் செய்த தவத்தின் பயனை தருமச் சாலையிலே ஒரு பகலில் அடைந்தேன் என்று ஒரு பாடலில் எழுதியுள்ளார். ஜீவகாருண்யம் ஒன்றினால் மட்டுமே இறை அருளைப் பெற முடியும் என்று உறுதியாகக் கூறினார். மரணமிலாப் பெரு வாழ்வை அடைய ஜீவகாருண்யம் மட்டுமே போதுமா?

தியானம், தவம் முதலியனவும் செய்தால் தான் மரணமிலாப் பெருவாழ்வு பெற முடியும். தவம் செய்யுங்கால் ஏற்படும் அனுபவமே சத்திய ஞான சபையாக வெளியில் ஏற்படுத்தினார்.

சத்திய ஞான சபை என்னுள் கண்டனன் என்றார் வள்ளலார். தவம் செய்யும் முறையையும் தவம் செய்வோர் எவ்வாறு வாழ வேண்டும் என்பதையும் அவர்களது உணவு, உறக்கம், ஒழுக்கம், முதலியவை எவ்வாறு இருக்க

வேண்டும் என்பதனையும் வள்ளற் பெருமானார் கூறியுள்ளவாறு தொகுத்து இந்தப் புத்தகத்தில் தரப்பட்டுள்ளது.

இதனை நல்ல முறையில் அச்சு வடிவமாக்கிய (D.T.P.) K.S.S. சுகந்தராஜன் அவர்கட்கும் அச்சிட்டு நூலாக்கிய சிவா பிரிண்டர்ஸ் உரிமையாளர் திரு. தட்சிணாமூர்த்தி அவர்கட்கும் நன்றி கலந்த வணக்கங்கள் உரியன.

அன்பு,
ஆ. சிவக்குமார்
சிங்கப்பூர்

இராமலிங்க அபயம் துணை

அணிந்துரை

ஜீவன்களில் ஓரறிவுள்ள தாவரம் முதல் ஐந்தறிவுள்ள மிருகங்கள் வரை அவை தோன்றிய காலம் தொடங்கி இக்காலம் வரை எவ்வித மாற்றமுமின்றி வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றன. மனிதன் மட்டும் அறிவின் உயர்ச்சியினால் தன் வாழ்க்கையைத் தானே அமைத்துக் கொள்கிறான். மருத்துவம், விஞ்ஞானம், பொறியியல், சட்டம், கணினி இப்படிப் பல துறைகளில் அறிவு வளர்ந்து விட்டது. பொருள் இல்லார்க்கு இவ்வுலகம் இல்லை என்ற வாக்கிற்கொப்ப இந்தப் படிப்பெல்லாம் பொருள் ஈட்டத்தான்.

பொருளாதாரம் தேவைதான். ஆனால் பொருளாதாரம் மட்டும் மனிதனுக்கு ஒரு நல்ல வாழ்வினைத் தந்துவிட முடியாது என நமது முன்னோர் கண்டனர். மனதை வசப்படுத்தவும் செம்மைப்படுத்தவும், அமைதியான வாழ்வை அமைத்துக் கொள்ளவும் ஞான அறிவு உதவியது. கல்வி அறிவு வேறு ஞான அறிவு வேறு.

கோடிக்கணக்கான மக்களின் அன்றாட வாழ்க்கை எவ்வாறு உள்ளது?

காலை எட்டு மணிக்கு மேல் தான் உறக்கம் கலைந்து எழுவது. பல்கூடத் தேய்க்காமல் காப்பி, டீ அருந்துவது. அடுத்து செய்தித்தாள் வாசிப்பது. பின்னர் குளித்துக் காலை உணவு முடித்துப்

பணிக்குச் செல்வது - மாலை வீடு திரும்பியதும் தொலைக்காட்சிப் பெட்டியின் முன் உட்கார்ந்து உறக்கம் வரும் வரை திரைப்படங்கள் பார்ப்பது - பின்னர் உண்பது. உறங்குவது. நடுத்தர மக்களின் வாழ்க்கை இவ்வாறு என்றால் ஏழை மக்கள் கூலி வேலை செய்து அதில் வரும் சொற்ப வருமானத்தையும் கள்ளச் சாராயம் அருந்தி வீணாகின்றார்கள். தம்மை நம்பியுள்ள மனைவி, மக்களுக்கும் கூடச் சரியான உணவோ, உடையோ தர இயலாமல் ஏழ்மையிலேயே உழல்கிறார்கள்.

முடிவாக ஏதோ ஒரு காரணத்தால் அனைவரும் மாண்டு போகின்றார்கள். இதுவே இன்றைய நிலை.

இவர்களது வாழ்வின் இலட்சியம் என்ன? வாழ்கின்றவரை வாழ வேண்டும். நாள் வந்தால் போய்ச் சேர வேண்டும். அவ்வளவுதான். தூங்குகின்றார்கள் - விழிக்கின்றார்கள். உண்ணுகின்றார்கள் - இனப் பெருக்கம் செய்கின்றார்கள் - மாண்டு போகின்றார்கள்.

அறிவிற் குறைந்த பறவைகளும் மிருகங்களும் இதைத்தானே செய்கின்றன? இவர்கட்கும் அவைகட்கும் என்ன வேறுபாடு? இந்த வாழ்க்கை வாழ்வதற்கு மனிதப் பிறவி தேவை தானா? சற்று சிந்தியுங்கள்.

விஞ்ஞானம் வளர வளர ஆபத்தும் கூடவே வளர்ந்து வருகின்றது. ஆனால் ஆன்மீகம் வளர வளர அன்பும் அறிவும் தயவும் வளரும். ஒரு மனிதனுக்கு அவசியம் தேவை மன அமைதிதான். இது எல்லாவற்றையும்விட அரியது. இதை ஆன்மீகம் ஒன்றே தர முடியும். விஞ்ஞானம் தருகின்ற சாதனையைவிட நம்முடைய அருளாளர்கள் புரிந்துள்ள சாதனைகள் ஏராளம். பிறருடைய நோயை நீக்குவது

முதல் இறந்தோரை எழுப்புகின்ற சாதனை வரை அருளாளர்கள் நிகழ்த்தியுள்ளார்கள்.

மனிதன் இறந்து தான் போக வேண்டுமா? இறவாமல் வாழமுடியும் என்றார் வள்ளலார். அது நம்பக் கூடியதா? உண்மையா? என்று மக்களுக்கு எடுத்துக் காட்டி அனைவரையும் இறவாமல் வாழ வைக்க வேண்டும் என்ற ஒரே நோக்குடன் சன்மார்க்க சங்கங்கள் செயல்படுகின்றன.

நேற்று இருந்தான் இன்று இல்லை எனும் பெருமையுடையது இவ்வுலகு என வள்ளுவப் பெருந்தகை வாழ்வின் நிலையாமையை எடுத்துக் காட்டினார். ஆனால் திருவருட் பிரகாச வள்ளற் பெருமானாரோ அவ்வாறு கூறாமல் மனிதனுக்கு மரணம் எந்தெந்த காரணங்களால் வருகின்றன என அறிந்து அக்காரணங்களைத் தவிர்த்து எப்போது கேட்டாலும் இல்லை என்று கூறாது ஆம் இருக்கிறார் என்று கூறுகின்றவாறு வாழ முடியும் என்கிறார்.

கிடைத்தற்கரிய மானிடப் பிறவி எடுத்தவன் இறந்து போகலாமா என்ற வினாவை எழுப்பி, இறவாமல் வாழ முடியும் என்று விடையளித்து, எவ்வாறு வாழ்ந்தால் இறவாமல் வாழ இயலும் என்கிற வழி முறைகளை வள்ளலார் காட்டினார். நாம் என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை மக்களுக்கு எடுத்துக் காட்டி அனைவரும் இறவாமல் வாழ வள்ளலார் காட்டிய வழி இது எனக் காட்டும் புத்தகம் இது.

மரணத்திற்குக் காரணம் பிணி, மூப்பு, பயம், துன்பம் என வரையறை செய்து அவற்றைக் களைவதற்குத் திருஅருட்பாவிலிருந்தே ஆதாரங்கள் காட்டி விளக்கியிருப்பது அருமை. மூவாசைகளையும் துறந்து சந்நியாசம் பெற்றுக் கொண்டு கானகம்

சென்று கடுந்தவம் புரிந்துதான் இறைவனைக் காண வேண்டும் என்ற பழைய நிலையை மாற்றிக் குடும்பத்திலிருந்து கொண்டே பக்தி ஒழுக்கம் ஜீவகாருண்யம் தவம் ஆகியவற்றைக் கைக்கொண்டே இந்தத் தூல தேகத்தையே நித்திய தேகமாக்கிக் கொண்டு நம் ஒவ்வொருவராலும் மரணத்தை வெல்ல முடியும் என்று வள்ளலார் விளக்கியுள்ளதை இப்புத்தகம் தெளிவாக்குகின்றது. மேலும் உணவு, உறக்கம், ஒழுக்கம் முதலியவை எந்த நிலையில் இருக்க வேண்டும் என்பதையும் வள்ளலார் கூறியுள்ளவாறே விளக்கி இருப்பது அருமை. ஒவ்வொரு குடும்பத்தவரும் வாங்கிப் பயனடைய வேண்டுகின்றோம்.

சுபாஸ்சந்திரன்
மலேசிய ஸ்ரீ அகத்தியர் சன்மார்க்க குருகுல இயக்கம்

வள்ளலாரைப் பற்றி

1823ம் ஆண்டு அக்டோபர் மாதம் 5ம் நாள் சிதம்பரத்தையடுத்த மருதூர் என்ற கிராமத்தில் கிராமக் கணக்கு பார்த்து வந்த இராமையா பிள்ளை சின்னம்மையார் என்ற தம்பதிகட்கு ஐந்தாவது குழந்தையாகத் திருவருட்பிரகாச வள்ளலார் என்று புகழ்பெற்ற இராமலிங்கர் தோன்றினார். அவர் எந்த ஆசிரியரிடத்தும் கல்வி பயிலாது இளமையிலேயே முற்றும் தானே உணர்ந்த ஞானியாக விளங்கினார். தனது ஒன்பதாம் வயதிலேயே இறைவன் மீது பாக்கள் இயற்றினார். தொல்காப்பியம், பாணிநீயம் போன்ற இலக்கண நூல்களைச் சிறு வயதிலேயே மனப்பாடமாகச் சொல்லக் கூடிய நாவளத்தை இராமலிங்கர் பெற்றிருந்ததாக அவரது தலை மாணாக்கர் தொழுவூர் வேலாயுத முதலியார் அறிவித்துள்ளார். சிறு வயது முதலே நல்ல சீரிய ஒழுக்கமுடையவராகவும், ஜீவகாருண்யத்தில் சிறந்தவராயும், ஞானபானுவாகவும் விளங்கினார். ஒன்பதாவது வயதில் இறைவனால் ஆட்கொள்ளப்பட்ட அவர் பன்னிரண்டாம் வயதிலேயே தவ வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டார். சிறுவயதிலேயே தன் நண்பனுடன் உலகாசையை வெறுத்துத் துறவு மேற்கொண்டதாயும்

இறையருளால் அதிலிருந்து மீட்கப்பட்டதாயும் அறிவித்துள்ளார். 27ம் வயதில் மூத்த சகோதரி உண்ணாமுலை அம்மாளின் மகள் தனக்கோட்டி அம்மையாரைத் திருமணம் செய்து வைத்தார்கள். 35ம் வயதில் தனது சகோதரர் பரசுராமப் பிள்ளை அவர்களுடன் சென்னையை விட்டுப் புறப்பட்டுக் காஞ்சிபுரம், பாண்டிச்சேரி, கடலூர் வழியாகச் சிதம்பரம் அடைந்தார். அங்கே தங்கியிருந்த காலத்தில் கருங்குழி கிராமத்து வேங்கட ரெட்டியார் அவர்களின் வேண்டுகோளுக்கிணங்க கருங்குழி வந்து அவரது வீட்டில் 1867ம் ஆண்டு வரை தங்கினார். அங்கு தங்கியிருந்த காலத்தில் தண்ணீர் விட்டு விளக்கெரித்தும் தீராத நோய்களைத் தீர்த்தும் பல அற்புதங்களை நிகழ்த்தினார்.

மக்கள் உய்ய வேண்டும் என்பதற்காகச் சங்கம் ஒன்றினை 1865ம் ஆண்டு தோற்றினார். ஆன்மீகத் துறையில் புத்தருக்குப் பின் சங்கம் கண்ட பெருமை இராமலிங்கருக்கு மட்டுமே உண்டு. மனிதர்கள் மனிதர்களாக வாழ்வதற்குரிய ஒழுக்கங்களை வரையறை செய்தார். அவர் பாடிய பாக்களுக்குத் திருவருட்பா என்று பெயரிட்டு முதல் நான்கு திருமுறைகளை 1867ம் ஆண்டு பிப்ரவரி மாதம் அச்சிட்டு வெளியிட்டனர். பின்னர் ஐந்தாம் திருமுறையும் ஆறாம் திருமுறையும் வெளியாயின. அவர் பாடிய பாக்கள் சுமார் ஆறாயிரத்துக்கும் மேற்பட்டவையாகும்.

மனிதர்களில் மாமிசம் உண்பவர்களை மிக வன்மையாகக் கண்டித்தார். அவர்களைப் புறவினத்தார் என்று ஒதுக்கினார். புலால் உண்ணாதவர்களை அகவினத்தார் என்று பாராட்டினார். எந்த உயிரையும் கொல்லக் கூடாது என்றார். ஜீவகாருண்யமே தெய்வ வழிபாடு என்று போதித்தவர் ஜீவகாருண்யம் இல்லாமல் செய்கின்ற தவம், விரதம், தியானம் பூஜை முதலியவையெல்லாம் மாயா ஜாலம் என்றும் பிரயோஜனமில்லாத செயல்கள் என்றும் எடுத்துக் காட்டினார். ஆதரவற்ற ஏழைகளின் பசியாற்றுதலை மிகவும் வற்புறுத்தினார். பொய்யாத வாய்மைகளே புகன்றிடுதல் வேண்டும். புகன்றபடி புகன்றபடி புரிந்திடுதல் வேண்டும் என்றவர் வள்ளலார். வடலூர் வாசிகள் 80 காணி நிலம் தானமாகத் தந்தார்கள். அந்தப் பரந்த வெளியில் 1867ம் ஆண்டு மே மாதம் 23ம் நாள் வடலூரில் தருமச் சாலை தொடங்கினார். தருமச் சாலைக்கு அடிக்கல் நாட்டு விழாவும் திறப்பு விழாவும் ஒரே நாளில் செய்த பெருமையும் அவருக்கே உண்டு.

1870ம் ஆண்டு இராமலிங்க வள்ளலார் வடலூரை விட்டு அருகே இருக்கும் மேட்டுக் குப்பம் என்ற கிராமத்திற்குப் போய் விட்டார். வைணவக் குருமார்கள் வந்தால் தங்குவதற்கென்று தனியாக வைக்கப்பட்டிருந்த ஒரு குடிசையை அவருக்குத் தந்தார்கள்.

அந்தக் குடிலுக்குச் சித்தி வளாகம் என்று பெயர், அங்கிருந்து கொண்டே வடலூரில் ஞான சபை ஒன்றினை நிறுவினார். 1872ம் ஆண்டு ஜனவரி 25ம் நாள் ஞானசபை திறக்கப்பட்டது. 1872ம் ஆண்டு ஏப்ரல் 18ம் நாள் ஒரே இரவில் 1596 வரிகள் கொண்ட அருட்பெருஞ்ஜோதி அகவலை எழுதியருளினார்கள்.

1873 அக்டோபர் மாதம் 22ம் நாள் முதன் முதலாக மேட்டுக் குப்பத்தில் சன்மார்க்கக் கொடி கட்டிப் பேருபதேசம் ஒன்றினை நிகழ்த்தினார்கள். 1873 கார்த்திகை மாதம் பௌர்ணமியன்று தான் உள்ளே வைத்திருந்த திருவிளக்கை வெளியில் வைத்து அதனைத் தடைபடாது ஆராதிக்கும்படிக் கட்டளையிட்டார்கள். முடிவாக 1874ம் ஆண்டு ஜனவரி 30ம் நாள் இரவு 12 மணிக்கு அந்தக் குடிசையில் பலர் முன்னிலையில் உள்ளே நுழைந்து உட்கதவை அவர் சாத்தி உள்ளே தாளிட்டுக் கொண்டார். அன்பர்களை நோக்கி வெளிக் கதவைத் தாளிட்டுக் கொள்ளும்படிக் கட்டளையிட்டார். அப்போது அவர் கூறியதாவது.

"நான் உள்ளே பத்து பதினைந்து தினம் இருக்கப் போகிறேன். பார்த்து அவநம்பிக்கை அடையாதீர்கள். ஒருக்கால் பார்க்க நேர்ந்து பார்த்தால் யாருக்கும் தோன்றாது வெறும் வீடாகத்தானே இருக்கும்படி ஆண்டவர்

செய்விப்பார். என்னைக் காட்டிக் கொடார்."
(உரைநடை பக்கம் 555)

பின்னர் அவர் கூறியது போலத் தென் ஆர்க்காடு மாவட்ட ஆட்சியாளர் திரு. J.H. கார்ஸ்டின், I.C.S., அவர்கள் கதவைத் திறந்து பார்த்தார். அந்த அறை வெற்றறையாக இருந்தது. அரசாங்க கஸெட்டிலே இந்தச் செய்தியை அந்த ஆட்சியாளர் வெளியிட்டிருக்கிறார்.

இது அவரது வரலாற்றுச் சுருக்கம்.

நாம் இங்கே கவனிக்க வேண்டியது ஒன்று மிக மிக முக்கியமானது என்னவெனில் மற்றவர்களுடைய தேகம் போல வள்ளலாரின் தேகம் மண்ணில் சமாதி வைக்கவோ தீயிலிட்டு எரிக்கவோ கிட்டவேயில்லை. அவருடைய தேகமானது சுத்த பிரணவ ஞானதேகமாக மாறியதால் இன்றும் அவர் தன் தேகத்துடன் இருந்து செயல்பட்டு வருகின்றார். அவரது செயல்பாட்டினை, இருப்பைப் பலர் இன்றும் உணர்ந்து ஆனந்தத்துடன் அவரைப் பரவி வாழ்த்தி வருகின்றனர்.

இந்த மரணமிலாப் பெருவாழ்வு என்பது என்ன? நமது முன்னோர்கள் பிறவாமை வேண்டும் என்று இறைவனிடம் வேண்டினார்கள். யாராயிருந்தாலும் ஒருவரது தேகமானது மண்ணிற்கோ நெருப்புக்கோ இரையாகுமானால் அந்த தேகத்தில் செய்த வினைக்கேற்ப மறு

பிறவி எடுத்தே தீரும் என்பது வள்ளலார் வாக்கு. எனவே பிறவாமை வேண்டுமானால் இறவாமை வேண்டும். பிறவாமைக்கு வழி இறவாமை என்று போதித்தவர் வள்ளலார். இறவாமை பெற்றவரும் வள்ளலாரே ஆவார். இறவாமையை அவர் எவ்வாறு பெற்றார் என்பதனையும் நாம் எவ்வாறு பெறலாம் என்பதனையும் விளங்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

சிந்திக்க வேண்டிய சிந்தனைகள்

இந்த உலகம் எப்போது தோன்றியது? எவ்வாறு தோன்றியது? இதைத் தோற்றியது யார்? இரவு பகல் எப்படி உண்டாகிறது? ஜீவன்கள் எவ்வாறு தோன்றின? இதுவரை நாம் எங்கே இருந்தோம்? நாம் என்ன ஆகப் போகிறோம்? நாம் இறந்த பின் நம் நிலை என்ன? நாம் யார்? நமக்குள்ளே உயிர் எங்கே இருக்கிறது? அது ஏன் நம்மை விட்டுப் பிரிகிறது? எவ்வாறு பிரிகிறது? ஏன் பிரிய வேண்டும்? பிரியாமல் வைத்துக் கொள்ள முடியாதா? மறு பிறவி உண்டா?

நம் முன்னோர்களில் பலர் இவ்வாறு சிந்தித்தார்கள். இந்தச் சிந்தனையின் பலன் தான் ஞான அறிவின் தோற்றம். இந்தச் சிந்தனையாளர்களே ஞானிகள். இவர்கள் தங்கள் உடலைப் பலவிதமாக ஆராய்ச்சி செய்தார்கள். பல உண்மைகளைக் கண்டறிந்தார்கள். பல சாதனைகளைச் செய்தார்கள். உண்மையைக் கண்டறிவதற்காகப் பலர் மனைவி, மக்கள், சொத்து, சுகம் அனைத்தினையும் துறந்து கானகம் சென்று கடுந்தவம் புரிந்தார்கள். இந்த ஞானிகள் மக்களுக்கு உண்மையை உணர்த்துவான் வேண்டி பல அரிய நூல்களை

இயற்றினார்கள். அவை அனைத்தும் அறிவுப் பெட்டகங்களாக நம்மை வாழ்விக்கின்றன.

அருளாளர்களால் எழுதப் பெற்ற வேதங்கள், ஆகமங்கள், புராணங்கள், இதிகாசங்கள், திருக்குறள், ஆத்திச்சூடி, கொன்றைவேந்தன், நல்வழி, தேவாரம், திருவாசகம், திருப்புகழ் போன்ற பல ஆயிரக்கணக்கான நீதி நூல்களும் பக்தி நூல்களும் கணக்கிலடங்கா.

ஔவையார், திருவள்ளுவர் போன்றோர் மக்களுக்கு நீதி நூல்களை வழங்கி மக்களை நெறிப்படுத்தப் பாடுபட்டனர்.

அருளாளர்கள் பக்தியை வளர்த்தனர். ஆலயங்கள் எழுப்பினர். சமயங்களை உண்டாக்கினர். கடவுளைப் பற்றியும் அவரை அடையக்கூடிய மார்க்கங்களைப் பற்றியும் போதித்தனர். சடங்குகளும் சம்பிரதாயங்களும் வகுக்கப்பட்டன. நம் முன்னோர்கள் மக்களைத் திருத்த, நல்வழிப்படுத்த அரும்பாடுபட்டனர்.

அருளாளர்கள் வரிசையில், 19ம் நூற்றாண்டில் தோன்றிய திருவருட்பிரகாச வள்ளலார் என்று போற்றப்படும் வடலூர் இராமலிங்க அடிகள். இதுவரை மறைக்கப்பட்டிருந்த பல உண்மைகளை வெளிப்படுத்தியதுடன் யாரும் கூறாத பல கருத்துக்களைக் கூறினார்.

மனிதன் எதை இழந்தாலும் உயிர் வாழ முடியும். உயிரையே இழந்து விட்டால்? வாழ்வின்

எல்லை மரணம் தான். உயிரை விட மேலானது எது? எந்த ஜீவனும் உயிரைவிடுவதற்குச் சம்மதிப்பதில்லை. உயிர் வாழவே ஆசைப்படும். என்றாவது ஒரு நாள் மரணம் வந்தே தீரும் என்று அறிந்திருந்தும் அதனைத் தடுக்க வழி தேடாமல் மாண்டு போகலாமா என்று வள்ளலார் வினவினார். அந்த மரணத்தை வெல்ல முடியுமா என்று ஆய்வு செய்தார். எந்தெந்த வழிகளில் மனிதன் மரணத்தைச் சந்திக்கிறான் என்று சிந்தித்தார். அந்த வழிகளையெல்லாம் அடைத்தார். எப்போது கேட்டாலும் இல்லை என்று கூறாமல் ஆம் இருக்கின்றார் என்று கூறும்படி வாழ்க்கையை அமைத்துக் கொண்டார், வெற்றியுங் கண்டார்.

சாமாறனைத்தும் தவிர்த்திங்கு எனக்கே ஆமாறு அருளிய அருட்பெருஞ்ஜோதி

(அகவல்)

பிணி, மூப்பு, பயம், துன்பம் ஆகிய நான்கும் எவ்வாறு மனிதனை அடைகின்றன - அவற்றை எவ்வாறு தடுக்க இயலும். வள்ளலார் வழியில் நாமும் ஆய்வு செய்வோம்.

பிணி

மனிதப் பிறப்பை மிக மிக உயர்ந்த பிறப்பாகப் பேசி வருகின்றோம். கல்வி அறிவு பெறக்கூடிய ஒரே ஜீவன் மனிதன் தான். எவ்வளவுதான் உயர்ந்த நிலையில் வாழ்ந்தாலும் பிணிக்கு ஆளாகாத மனிதனே இல்லை எனலாம்.

பெரிய பணக்காரன், வசதி மிக்கவன். செல்வம் ஏராளமாக இருந்தும் ஒன்றும் சாப்பிட முடியாமல் கோதுமைக் கஞ்சி குடிக்கிறான்.

நேற்று வரை நன்றாக இருந்தாரே என்ன ஆயிற்று என்றால் எதிர்பாராமல் மாரடைப்பு ஏற்பட்டுவிட்டது மாண்டு போனார் என்கிறார்கள்.

தலைசுற்றல் - மயக்கம் - கேட்டால் இரத்த அழுத்த நோய் என்கிறார்கள். கை கால் சுவாதீனமிழந்து பாரிச நோயால் வாடுவோர் எண்ணிக்கை கணக்கிலடங்கா.

மனிதனின் மரணத்திற்கு ஏதோ ஒரு பிணி காரணமாய் அமைகின்றது. காய்ச்சல், அம்மை, காமாலை, வாந்திபேதி, இரத்த அழுத்தம், சக்கரை வியாதி, பாரிச வாயு, மாரடைப்பு போன்ற பலவிதமான நோய்களில் ஏதோ ஒன்று மரணத்திற்குக் காரணமாகின்றது.

சிகரெட் புகையிலை போன்றவற்றால் குணப்படுத்த மருந்தே இல்லாத புற்று நோய் வருகிறது. லட்சக் கணக்கானோர் இந்த நோயால்

மாண்டு போகின்றார்கள். உயிர் வாழ சிகரெட், புகையிலை, முதலியவை அவசியமா - சிந்தித்துப் பாருங்கள். வீண் செலவு மட்டுமல்ல - பெரும் ஆபத்தை அல்லவா விலை கொடுத்து வாங்குகிறோம். முடிவு நம் உயிரை இழக்கின்றோம். தேவை தானா?

மது அருந்துதல் அது மேல்நாட்டுச் சரக்காய் இருந்தாலும் கள்ளச் சாராயமாய் இருந்தாலும் கல்லீரலைப் பாதித்து மரணத்தை விளைவிக்கிறது. குடும்பமும் சீரழிகிறது - இது தேவைதானா.

கொழுப்பு சத்து அதிகமுள்ள உணவினாலும் அதிக கோபம் முதலிய குணங்களாலும் இரத்த அழுத்த நோய் உண்டாகிறது - இதன் தொடர்பாக பாரிச வியாதியும், மாரடைப்பு போன்றவையும் ஏற்படுகின்றன. பக்குவமான உணவினாலும் சாந்த குணத்தினாலும் இந்நோய்களை முற்றிலும் தவிர்க்கலாமே.

மாரடைப்பு, பாரிச வாயு போன்ற பயங்கரமான நோய்கட்கு முக்கிய காரணம் மாமிச உணவு. இதை ஒழித்துவிட்டால் இந்த நோய்களையும் ஒழித்து விடலாமே.

நமது மூதாதையர் ஆலயம் சென்று வலம் வரும்படியும் நவக்கிரகத்தை 108 முறை சுற்றி வருமாறும் பணித்தார்கள். இதய நோய் வராமல் இருந்தது. தற்பொழுது இதய நோய் வந்த பிறகு ஒரு நாளைக்கு ஒரு மணி நேரமாவது டாக்டர்

நடக்கச் சொல்கிறார். மக்கள் ஜாக்கிங் போய் வருகின்றார்கள். நமது முன்னோர் வருமுன் காத்தார்கள்.

பரம்பரையாக வரும் வியாதிகளும் உண்டு - பழக்க வழக்கத்தினால் வரும் வியாதிகளும் உண்டு - குணக்கேடுகளாலும் வியாதிகள் வருகின்றன. உண்ணும் உணவின் அபக்குவ நிலையாலும் பிணிகள் வருகின்றன. மரணத்தைத் தவிர்க்க வேண்டுமானால் பிணிகளைத் தவிர்க்க வேண்டும். "நோயற்ற வாழ்வில் நான் வாழ வேண்டும்" என்று தெய்வமணி மாலையில் வள்ளலார் பாடுவார். அதற்கு ஒரே வழி நாம் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். அவ்வாறு இருந்தால் நோய்களைத் தவிர்க்க முடியும். நம்முடைய பெருமானார் கூறியுள்ள அறிவுரைகளைப் படித்து அவ்வாறு நடந்தால் பிணிகளைத் தவிர்த்து வாழலாம்.

அப்படி எச்சரிக்கையாக இருந்தாலும் சில பிணிகள் வாராமல் இரா. அக்காலங்களில் என்ன செய்ய வேண்டும். மரணமிலாப் பெரு வாழ்வு பெற்ற வள்ளற் பெருமானார் பெயரைச் சொன்னால் பிணிகள் பறந்தோடிப் போகும். ஆதாரம்

வாராத வல்வினை நோய் வந்தாலும் வன்மையொடு
சேராத பாவமெல்லாம் சேர்நதாலும் தீராதென்று
ஆர் சொன்னார் எங்கள் அருட்பிரகாசப் பெருமான்
பேர் சொன்னால் போமே பிணி

இது அடியவர் வாக்கு - வள்ளலார் பேர் சொல்வோம் பிணி நீங்கி வாழ்வோம் வளர்வோம்.

உணவு:

சராசரி 2400 கலோரி வெப்பம் ஒரு நாளைக்கு ஒரு மனிதனுக்குத் தேவைப்படுவதாக விஞ்ஞானம் கூறுகின்றது.

நாம் உணவு உண்ணுகின்றோம். நம் உடலிலுள்ள உறுப்புகள் அந்த உணவை ஜீரணித்து அதிலிருந்து சக்தியை எடுத்துக் கொண்டு சக்கையை வெளியேற்றுகின்றன. பூமியில் பிறந்தது முதல் இறக்கின்ற வரை இந்த உடலுக்கு உணவு அவசியம் தேவைப்படுகின்றது. நாம் எந்த வேலை செய்தாலும் அந்த வேலைக்கு ஏற்ப நம் உடலிலுள்ள சக்தி செலவழிகின்றது. அந்த இழப்பை ஈடு செய்வது நாம் உண்ணும் உணவே.

வாத பித்த சிலேத்துமம் நமது உடலில் எந்த அளவிற்கு இருக்க வேண்டுமோ அந்த அளவில் அதை வைத்திருக்க வேண்டும். அந்த மூன்றில் எது கூடினாலும் குறைந்தாலும் நோய் செய்யும் என்று மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர். இந்த மூன்றினையும் அதிகரிக்கச் செய்வதும் குறையச் செய்வதும் உணவுதான். இதுதான் உண்மை. எனவே நாம் உண்ணுவதில் காட்டும் ஆர்வம் எவ்வளவோ அவ்வளவு கவனம் உணவில் செலுத்த வேண்டும்.

யார் ஒருவர் முன் உண்ட உணவு நன்றாகச் சீரணமாகிவிட்டது என்று அறிந்து அதன் பின் உண்ணுகின்றாரோ அவர் உடலுக்கு எந்த மருந்தும் தேவைப்படாது என்கின்றார் திருவள்ளுவர்.

"மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக்கு
அருந்தியது அற்றது போற்றி உணின் "

பிறந்தது முதல் இறப்பது வரை உணவு தேவைப்படுகின்றது. பத்தில் ஒன்பது பங்கு ஆயுள் நஷ்டம் உணவினால் ஏற்படுகின்றது என்கிறார் வள்ளலார். உண்ணுவதில் ஆர்வம் அதிகம். நாம் உண்ணும் உணவு நல்ல உணவா; அதனால் உடம்புக்கு ஏதேனும் கேடுண்டா என்றெல்லாம் சிந்திப்பதில்லை. சுவையை மட்டும் தேடுகின்றோம். உணவில் நாம் எச்சரிக்கையாக இல்லாமல் அஜாக்கிரதையாக இருப்பதால் பலவித நோய்களுக்கு ஆளாகிறோம். நாம் எந்த உணவை, எப்போது எவ்வளவு உண்பது என வள்ளலார் எழுதியுள்ளார். உணவைப் பற்றிய வள்ளலாரின் அறிவுரையை ஏற்று அதன்படி நடந்து பிணியைத் தவிர்ப்போமாக.

1. காலையில் எழுந்தவுடன் காபி அல்லது டீ குடிக்கிறோம். அதைத் தவிர்க்க வேண்டும். அதற்குப் பதிலாக "பொற்றலைக் கையாந்தகரை அல்லது கரிசலாங்கண்ணி இலை

ஒரு பங்கு, தூதுளை இலை, முசுமுசுக்கை இலை கால் பங்கு, சீரகம் கால் பங்கு இவைகளை ஒன்றாகச் சேர்த்துச் சூரணமாகச் செய்து கொண்டு அதில் ஒரு வராகன் எடை (ஒரு டேபிள் ஸ்பூன்) ஒரு சேர் (400 மி.லி.) நல்ல ஜலத்தில் போட்டு அதனுடன் ஒரு சேர் பசுவின் பால் விட்டுக் கலந்து அதிலுள்ள ஒரு சேர் ஜலமும் சுண்டக் காய்ச்சி அந்தப் பாலில் நாட்டுச் சர்க்கரை கலந்து சாப்பிடல் வேண்டும். (உரைநடை பக்கம் 334)

2. பசி கண்டவுடன் தடை செய்யாமல் ஆகாரம் கொடுத்தல் வேண்டும். ஆகாரம் கொடுக்கும்போது மிகுந்த ஆலசியமுமாகாது மிகுந்த தீவிரமுமாகாது. முதற்பட்சம் சீரகச் சம்பா அரிசி அன்றிப் புன்செய் விளைவும் காரரிசியும் தவிர நேரிட்ட அரிசியின் வகைகள் ஆகும். அது சோறாகும்போது அதிக நெகிழ்ச்சியும் ஆகாது அதிகக் கடினமும் ஆகாது. நடுத்தரமாகிய சோற்றை அக்கினி அளவுக்கு அதிகப்படாமலும், குறைவுபடாமலும், அறிந்து உண்ணுதல் வேண்டும். ஆயினும் ஒரு பிடி குறைந்த பட்சமே நன்மை. போஜனம் செய்த பின்னர் நல்ல நீர் குடித்தல் வேண்டும். அந்த நல்ல நீரும் வெந்நீராதல் வேண்டும். அதுவும் அதிகமாகக் குடியாதிருத்தல் வேண்டும்.

3. கிழங்கு வகைகள் உண்ணாமல் இருக்க வேண்டும். அவற்றில் கருணைக் கிழங்கு

மாத்திரம் கொள்ளுதல் கூடும். பழ வகைகள் உண்ணாதிருத்தல் வேண்டும். அவற்றில் பேயன் வாழைப் பழம், ரஸ்தாளி வாழைப் பழம் இவை நேர்ந்தால் சிறிது கொள்ளவும் கூடும். பழைய கறிகளைக் கொள்ளாதிருத்தல் வேண்டும். பதார்த்தங்களில் புளி, மிளகாய் சிறிதே சேர்த்தல் வேண்டும். மிளகு, சீரகம் அதிகமாகச் சேர்த்தல் வேண்டும். கடுகு சேர்ப்பது அவசியமல்ல. உப்பு குறைவாகவே சேர்த்துக் கொள்ளல் வேண்டும். அன்றி எந்த வகையிலும் உப்பு மிகுதியாகக் கொள்ளாமல் உபாயமாகக் கொள்ளுவது தேகம் நீடிப்பதற்கு ஏதுவாம். தாளிப்பில் பசு வெண்ணெய் நேரிட்டால் தாளிக்க வேண்டும். நேராத பக்ஷத்தில் நல்லெண்ணெய் சிறிது சேர்க்கவுங்கூடும்.

கத்திரிக்காய், வாழைக்காய், அவரைக்காய், முருங்கைக்காய், பீர்க்கங்காய், கலியாணப் பூசுணைக்காய், புடலங்காய், தூதுளங்காய், கொத்தவரங்காய் இவைகளைப் பதார்த்தம் செய்தல்கூடும். வடை, அதிரசம், தோசை, மோதகம் முதலிய அப்பவர்க்கங்கள் கொள்ளப்படாது. ஏக தேசத்தில் சிறிது கொள்ளவுங்கூடும். சர்க்கரைப் பொங்கல், ததியோதனம், புளிச் சாதம் முதலிய சித்திரான்னங்கள் கொள்ளப்படாது. ஏக தேசத்தில் சிறிது கொள்ளலாம். கரிசிலாங்கண்ணிக் கீரை, தூதுவளைக் கீரை, முன்னைக் கீரை, பசலைக் கீரை, முருங்கைக் கீரை இவைகளைப்

பருப்போடு சேர்த்தும் மிளகோடு சேர்த்தும், புளியிட்டும், தனித்தும் கறி செய்து கொள்ளவுங்கூடும். புளித்த தயிர் சேர்த்தல் கூடும். பருப்பு வகைகளில் முளைகட்டாத துவரம்பருப்பு அல்லது முளை கட்டின துவரம் பருப்பு மிளகு சேர்த்துக் கடைதல், துவட்டல், துவையல் செய்தல், குழம்பிடல், வேறொன்றில் கூட்டல் முதலியவாகச் செய்து கொள்ளவுங்கூடும். எந்த போஜனத்திலும் புலால் எந்த வகையிலும் புசிக்கப்படாது.

இரவில் தயிர், கீரை, வாயுவான பதார்த்தம், குளிர்ச்சியான பதார்த்தம் சேர்க்கப்படாது. சூடான பதார்த்தங்களையே அறிந்து சேர்த்தல் வேண்டும். (உரைநடை பக்கம் 333-338)

பழஞ்சோறு, பழங்கறி, எருமைப்பால், எருமைத்தயிர், மோர், நெய், செம்மறிப்பால், தயிர், மோர், நெய், கேழ்வரகு, வரகு, தினை, சாமை, பருப்பு வகை, அதிரசம், அப்பம், சுகியம், முதலிய சிற்றுண்டி, தயிர்ச்சோறு, புளிச்சோறு முதலிய சித்திரான்னம், காரரிச்சோறு, முளைக்கீரை, அகத்திக்கீரை, முன்னை முதலான இலைக்கறி, சுரை, பூசுணை, பறங்கி, பீர்க்கு, புடல், பாகல், கடுகு, புலால், மாமிசம்முதலிய விலக்குகளை நீக்கி விதித்தவைகளை அனுசரித்தல். (உரைநடை பக்கம் 341)

விருப்பால் ஏறாமலும் வெறுப்பால் குறையாமலும் தராசு முனைபோல் அளவறிந்து

அந்த அளவின்படி அதிக விரைவும் அதிக தாமதமுமில்லாதபடி சமமாகப் புசித்தல். (உரைநடை பக்கம் 343)

ஜீவர்கட்கு வாந்தி, பேதி, மாரடைப்பு முதலியவற்றால் நேரிடும் துர் மரணங்கள் ஆகாரக் குறைவாலும், மிகுதியாலும் அக்கிரம அதிக்கிரமத்தாலும் பொருந்தலாலும் இவை போன்ற பல்வகைக் கெடுதியாலும் உண்டாகின்றன. இது வள்ளலார் வாக்கு (உரைநடை பக்கம் 424)

நெய், பால், தயிர், மோர் இவைகளை ஆகாரத்தில் விசேஷம் சேர்ப்பது தேக நஷ்டம்.

ஜலத்தை 5ல் 3, அல்லது 5ல் 2 பாகம் நிற்கக் காய்ச்சி, சர்க்கரை, வெல்லம் இவைகளைச் சேர்த்துக் குடிக்கலாம். இவைகள் தேக விருத்தி செய்யும். சுத்த சன்மார்க்க மரபிற்குரியது இனிப்புத்தான். ஆதலால் தேன், சர்க்கரை, வெல்லம், கற்கண்டு இவைகளை ஆகாரத்தில் சேர்த்துக் கொள்வது உத்தமம்.

தேக நஷ்டம் செய்வது உப்பு. உப்பைக் கட்டி ஆகாரத்தில் சேர்ப்பது சித்த மார்க்கம்.

சர்க்கரை எந்தக் காலத்திலும் புழுக்காது, ஆதலின் உத்தம ஆகாரமாம். மற்ற வஸ்த்துக்கள் எல்லாம் புழுக்கும். (உரைநடை பக்கம் 430).

சாதம்வடித்துச் சாப்பிடுதல் நலமா, பொங்கிச் சாப்பிடுதல் நலமா எனில் வடித்துச் சாப்பிடுவது அதிலுள்ள எண்ணெய் போய்

விடுவதால் நலம். பொங்குவதில் எண்ணெய் போகாது. தாமச குணம் உண்டாகும். இதுபோலவே உப்பு, புளி, மிளகாய் முதலிய வஸ்துக்களின் எண்ணெய் போகச் சுட வைத்துச் சாப்பிடுதல் வேண்டும். (உரைநடை பக்கம் 431)

கரிசாலையை தினந்தோறும் பச்சையாக வாவது, சமையல் செய்தல் முதலிய வகையாலாவது சாப்பிட்டு வர வேண்டும். பிரதம உள்ளுடம்பை நீடிக்கப் பண்ணும். எவ்விதத் தந்திரத்தாலாவது தினம் தினம் உட்கொண்டால், தேகக் கெடுதியாகிய அசக்தம் நீங்கி, தேகம் வலுவுள்ளதாய் நெடு நாளைக்கு இருக்கும் முக்தி அடைவதற்குச் சகாயமாயுமிருக்கும் (உரைநடை பக்கம் 432).

சுவையின் மீது ஆர்வம் காட்டுவதைவிட எந்த உணவை, எந்த நேரத்தில், எந்த அளவு, எந்த வகையில் உண்ண வேண்டும் என்பதில் மிகுந்த அக்கரை காட்டி ஆரோக்யமான வாழ்வு வாழ நம் வள்ளற் பெருந்தகை பணித்துள்ளவாறு உண்ணுவோமேயானால் பிணிகளைத் தவிர்க்கலாம். ஆயுளையும் வளர்க்கலாம். நோயற்ற வாழ்வு வாழலாம்.

குணங்கள்

பிறவிக் குணம் என்பது இயல்பாகவே பிறவியிலேயே அமைகின்றது. இதற்கு முற்பிறப்பில் செய்த வினைகளே காரணம் ஆகின்றன.

"ஒரு தாய் தந்தைக்கு ஒரு காலத்தில் இரட்டைப் பிள்ளைகள் பிறக்கின்றன. அவற்றுள் ஒரு பிள்ளை சிவந்தது. ஒரு பிள்ளை கறுத்தது. ஒரு பிள்ளை அங்கப் பழுதுள்ளது. ஒரு பிள்ளை அங்கப் பழுதில்லாதது. இந்த இரட்டைப் பிள்ளைகளுக்கு மூன்று வயதில் தின்பண்டங்கள் வைத்துத் தின்னுகின்ற தருணத்தில் இவ்விரண்டு பிள்ளைகள் தவிர, வேறு பிள்ளை ஒன்று வந்தால் அதைக் கண்டு இவ்விருவரில் ஒரு பிள்ளை தன் கையிலிருக்கின்ற தின்பண்டத்தைக் கொடுக் கின்றது. மற்றொரு பிள்ளை கொடுக்கப்படா தென்று தடுக்கின்றது. இந்தப் பிள்ளைகளுக்குத் தயை, அன்பு, அறிவு, செய்கை முதலியவைகள் தாய் தந்தையர்கள் கற்பிக்காத காலத்தில் தானே உள்ளதாகவும், இல்லாததாகவும் எப்படி வந்தது என்று விசாரிக்கத் தொடங்கில் இந்த இரண்டு பிள்ளைகளுக்கும் முற்பிறப்பில் எடுத்த தேகத்திலிருந்த வாசனை இந்தப் பிறப்பில் இந்தத் தேகத்தில் கற்பியாமல் வந்ததென்றும்

அனுபவத்தால் கருதியறிய வேண்டும். (உரைநடை பக்கம் 148)

குணங்கள் நல்ல குணம், கெட்ட குணம் என இரு வகைப்படும்.

காமம், குரோதம், லோபம், மோகம், மதம், மாச்சர்யம் போன்றவை தீய குணங்கள். இவற்றை நீக்குதல் மிக மிக அவசியம்.

ஒரு வஸ்துவினிடத்தில் பற்றுதல் அவா. அதை அனுபவிக்க வேண்டும் என எழுந்தது ஆசை. அதன் மயமாதல் காமம். அதைத் தன் வசப்படுத்த எழுவது மோகம். எந்த வஸ்துவினிடத்திலும் மோகமாதிகளின்றி அவா மயமாய் நிற்றல் வேண்டும். சன்மார்க்கத்தில் அவாவும் ஏகதேசம் கூடாது.(உரைநடை பக்கம் 396)

கோபத்தின் பின் விளைவே குரோதம் ஆகும். சினம் வெகுளி என இரண்டாகக் கோபம் பிரிக்கப்படுகின்றது. சினம் என்பது யாது? உள்வேக்காடு. புடநியாயம்போல். இது தேகத்தைச் சீக்கிரம் நஷ்டம் பண்ணும். வெகுளி என்பது மீசை துடித்தல், கண் சிவத்தல், கை முதலிய உறுப்புக்கள் துடித்தல், வாய் குழறி மேல்விழுந்து கூவுதல் முதலியன. இது ஆயுளை நஷ்டம் பண்ணும். ஆகையால் எவ்வகையினும் கோபத்தின் பூர்வோத்தரமாகிய சினம் வெகுளி எனும் கூற்றை ஒழித்தல் அவசியம். (உரைநடை பக்கம் 371)

இந்தத் தீய குணங்கள் மனித உடலில் ரத்த அழுத்த நோய் ஏற்படக் காரணமாகின்றன. இந்த நோய் ஏற்பட்டால் கண் பார்வை இழப்பு, கை கால்கள் செயலற்றுப் போதல், பாரிச வாயு அகால மரணத்தை ஏற்படுத்தும் மாரடைப்பு போன்ற பயங்கர விளைவுகள் ஏற்படும்.

கள், காமம், கொலை, களவு, பொய் இவ்வைந்தும் கொடிய துக்கத்தை உண்டு பண்ணும். இவ்வைந்திலும் கொலை விசேஷ பாவம். எனினும் கள் உண்டவனுக்குக் காமம் உண்டாகாமலிராது. கொலை செய்யத் துணிவு வராமலிராது. களவு செய்யாமலிரான். பொய் பேச அஞ்சான். ஆகையால் இந்த ஐந்தையும் ஒழிக்க வேண்டியது அவசியம். இதில் ஒன்றினை அடைந்தவன் ஆனாலும் அவனை மற்றவை தொடராமலிரா. (உரைநடை பக்கம் 397)

தீய குணங்களை ஒழித்து நற்குணங் களைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். நாம் கடைப் பிடிக்க வேண்டிய நற்குணங்கள் அனைத்தினையும் ஒழுக்கங்களாக வரையறை செய்கிறார் வள்ளலார்.

ஒழுக்கம்

உலகத்தினிடத்தே பெறுதற்கு மிகவும் அருமையாகிய மனித தேகத்தைப் பெற்ற நண்பர்கள் அனைவரும் நாமும் அறிய வேண்டுவதும் ஒழுக வேண்டுவதும் யாதெனில் :-

"சுத்த சன்மார்க்கத்தின் அரும் புருஷார்த்தங்களின் பெரும் பயன்களாகிய எக்காலத்தும் நாசம் அடையாத சுத்தம் அல்லது சுவர்ண தேகம், பிரணவ தேகம், ஞான தேகம் என்னும் சாகாக் கலானுபவ சொரூப சித்தித் தேகங்களும், தன் சுதந்தரத்தால் தத்துவங்கள் எல்லாவற்றையும் நடத்துகின்ற தனிப் பெரு வல்லபமும், கடவுள் ஒருவரே என்று அறிகின்ற உண்மை ஞானமும், கரும சித்தி, யோக சித்தி, ஞான சித்தி முதலிய எல்லாச் சித்திகளும் பெறுகின்ற அருட்பேறும் பெற்று வாழ்கின்ற பேரின்ப சித்திப் பெரு வாழ்வை அடைவதற்கான சுத்த சன்மார்க்கத் தனிப் பெரு நெறியைப் பற்றுவதற்குரிய உண்மை ஒழுக்கங்களில் நாம் எல்லவரும் தனித்தனி ஒழுக வேண்டியது அவசியமாகலின் அவ்வொழுக்கங்கள் இவையென உணர வேண்டுவது இன்றியமையாததாகும்.

சன்மார்க்கப் பெருநெறியின் ஒழுக்கங்கள்:

1. இந்திரிய ஒழுக்கம்
2. கரண ஒழுக்கம்
3. ஜீவ ஒழுக்கம்
4. ஆன்ம ஒழுக்கம்

இந்திரிய ஒழுக்கம்:

i) ஞானேந்திரிய ஒழுக்கம் :

1. நாத முதலிய தோத்திரங்களை உற்றுக் கேட்டல் - மற்றவை கேளாதிருத்தல். கொடுஞ்சொல் முதலியவை செவி புகாமல் நிற்றல்.
2. அசுத்தங்களைத் தீண்டாதிருத்தல்
3. கொடூரமாகப் பாராதிருத்தல்
4. ருசியின் மீது விருப்பமின்றி இருத்தல்
5. சுகந்தம் விரும்பாதிருத்தல்

ii) கருமேந்திரிய ஒழுக்கம் :

1. இனிய வார்த்தையாடுதல்
2. பொய் சொல்லாதிருத்தல்
3. ஜீவஇம்சை நேரிடுங்கால் எவ்விதத் தந்திரத்தாலாவது தடை செய்தல்
4. பெரியோரிடத்தில் செல்லுதல் என்றால் சாதுக்களிடம் பரிச்சயம் பண்ணுதல்

5. உயிர்க்கு உபகரிக்கும் நிமித்தம் சஞ்சரித்தல்
6. உயிர்க்கு உபகார நிமித்தம் கையால் உபகரித்தல்
7. மலஜல உபாதைகள் அளவு மீறாமலும் கிரமம் குறையாமலும் அளவைப்போல் தந்திர ஓஷதிகளாலும், ஆகாரப் பக்குவத்தாலும், பவுதிகப் பக்குவத்தாலும் செய்வித்தல்.

கரண ஒழுக்கம்:

1. சிற்சபையின்கண் மனதைச் செலுத்துவது. தவிர மற்றெந்த வகை ஆபாசத்திலும் செலுத்தாமல் இழுத்து மேற்குறித்த இடத்தில் நிறுத்தல்.
2. பிறர் குற்றம் விசாரியாதிருத்தல்
3. தன்னை மதியாதிருத்தல்
4. செயற்கைக் குணங்களால் உண்டாகிய கெடுதிகளை நீக்கி இயற்கையாகிய சத்துவ மயமாயிருத்தல்
5. பிறர் மேல் கோபியாதிருத்தல்
6. தனது சத்துருக்களாகிய தத்துவங்களை கோபித்தல்
7. அக்கிரம அதிக்கிரமப் புணர்ச்சி செய்யா திருத்தல்

ஜீவ ஒழுக்கம் :

எல்லா மனிதரிடத்தும் ஜாதி, சமயம், குலம், கோத்திரம், சூத்திரம், சாத்திரம், தேசம், மார்க்கம், உயர்வு, தாழ்வு, முதலிய பேதமற்றுத் தானாக நிற்றல்.

ஆன்ம ஒழுக்கம் :

எண்பத்து நான்கு நூறாயிரம் யோனி பேதங்களிடத்தும் உள்ள ஆன்மாக்களிடத்தும் இரங்கி ஆன்மாவே சபையாகவும், அதன் உள்ளொளியே பதியாகவும் கண்டு கலந்து பூரணமாக நிற்றல்.

இந்த நான்கு ஒழுக்கங்கள் தவிர மேலும் கைக்கொள்ள வேண்டியவை.

1. இடந்தனித்திருத்தல்
2. இச்சையின்றி நுகர்தல்
3. தெய்வம் பராவல்
4. பிறவுயிர்க்கிரங்கல்
5. பெருங்குணம் பற்றல்
6. பாடிப் பணிதல்
7. பக்தி செய்திருத்தல்
8. பொன் விஷய இச்சை, பெண் விஷய இச்சை, மண் விஷய இச்சை முதலிய எவ்விஷய இச்சைகளிலும் நமது அறிவை ஓர் அணுத் துணையும் பற்றுவிக்காமல் இருத்தல்.
9. நல்லறிவு
10. கடவுள் பக்தி
11. உயிரிரக்கம்
12. பொது நோக்கம்

13. திரிகரண அடக்கம்
14. உண்மை உரைத்தல்
15. இன் சொல்லாடல்
16. உயிர்க்குபகரித்தல்

இவ்வளவையும் சன்மார்க்க சங்கம் சார்ந்தார் கொள்ள வேண்டிய ஒழுக்கங்களாக நம் பெருமானார் வரையறை செய்கின்றார்.

ஆன்மாக்கள் பிறவி எடுக்கும் முன்னமேயே பக்குவம், பக்குவா பக்குவம், அபக்குவம் என மூன்று விதமாக அருட் சக்தியால் பிரிக்கப்பட்டு விட்டன. மனிதரிலும் இவ்வாறு மூன்று வகை உண்டு.

அபக்குவர்கள்	:	இரக்கமற்ற அரக்க குணம் படைத்தவர்கள் மோக மாந்தரும் ஆவர்.
பக்குவா பக்குவர்	:	நடுத்தர மனிதர் மனதிலே தீய எண்ணங்கள் எழுந் தாலும் புறத்தே நல்லவராக இருக்கவே விரும்புபவர்.

பக்குவ ஆன்மாக்களைத் திருத்த வேண்டிய அவசியமில்லை. அபக்குவ ஆன்மாக்களைத் திருத்தவே முடியாது.

இது நல்லது, இது கெட்டது என்று உணர்ந்து கொண்டு நல்லவராகப் பிறர்

எண்ணும்படி நடக்க முயற்சிப்பவர்களே பக்குவா பக்குவிகள். அதாவது நடுத்தர மனிதர். இந்த நடுத்தர மனிதர்களைத் திருத்தவே தான் வந்ததாக வள்ளலார் கூறுகின்றார்.

அகத்தே கறுத்துப் புறத்து வெளுத்திருந்த உலகரனைவரையும்
சகத்தே திருத்திச் சன்மார்க்க சங்கத்து அடைவித்திட அவரும்
இகத்தே பரத்தைப் பெற்று மகிழ்ந்திடுதற்கென்றே எனையிந்த
யுகத்தே இறைவன் வருவிக்கவுற்றேன் அருளைப் பெற்றேனே.

வள்ளலார் பக்தியை மட்டும் எடுத்துக் காட்டிய அருளாளர் அல்ல. மனிதர்கள் முதலில் ஒழுக்கமாக வாழ வேண்டும் என்று ஒழுக்கங்களை வரையறுத்தார்.

சுத்த சன்மார்க்கத்திற்குச் செல்ல சமய சன்மார்க்கம், மத சன்மார்க்கம் ஆகிய இரண்டையும் கீழ்ப் படிகளாக எடுத்துக் காட்டினார். அதாவது சமய சன்மார்க்கம், மத சன்மார்க்கம் ஆகிய இரண்டையும் கடந்தே சுத்த சன்மார்க்கம் அடைய முடியும்.

சமய சன்மார்க்கம்

சமய சன்மார்க்கம் என்பது சத்துவ குண சம்பந்தம் உடையது. அந்தச் சத்துவ குண இயல்பு என்னவெனில் :

1. கொல்லாமை, 2. பொறுமை,
3. சாந்தம், 4. அடக்கம், 5. இந்திரிய நிக்கிரகம், 6. ஆன்ம இயற்கைக் குணமாகிய ஜீவகாருண்யம் ஆகும்.

இந்த ஆறு குணங்களை வாச்சியானுபவமாகப் பெற்றுச் சொரூபானுபவமாவதே சமய சன்மார்க்கம்.

மத சன்மார்க்கம்:

அடுத்ததாக உள்ள மத சன்மார்க்கம் என்பது நிர்க்குண லட்சிய முடையது என்பார். வேண்டுதல் வேண்டாமை - ஏங்கல் சலிப்பு - உறவு பகை விருப்பு - வெறுப்பு ஆகிய எதனையும் தன் அகத்தே கொள்ளாது சமமாகப் பாவித்தல். தாயுமான சுவாமிகள் போன்றோர் இந்நிலை அடைந்தவர்கள் என்று வள்ளலார் கூறுகின்றார்.

சுத்த சன்மார்க்கம்:

இதற்கு அடுத்த நிலைதான் சுத்த சன்மார்க்கம். இதை சாதகம் சாத்தியம் என்று இரண்டு பிரிவாகப் பிரிக்கின்றார். நிர்க்குண நிலை அடைந்தவர்கள் சாதனையை மேற்கொண்டால் பலன் உடனே கிடைக்கும். சாதனை முதிர்ந்து சாத்தியரானால் அவர்கள் கேட்டல், சிந்தித்தல், தெளிதல், நிஷ்டை கூடல் ஆகிய நான்கையும்

கடந்து ஆரூடராக நிற்பார்கள் என்கிறார். இவர்களே சுத்த சன்மார்க்க சுகநிலையும், மரணமிலாப் பெரு வாழ்வையும் பெற்ற சுத்த சன்மார்க்கிகள் ஆவர்.

இதுவரை கூறிவந்த மொத்த கருத்து இதுதான்.

ஒவ்வொரு தனி மனிதனும் இந்திரிய ஒழுக்கம், கரண ஒழுக்கம், ஜீவ ஒழுக்கம், ஆன்ம ஒழுக்கம், ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம் ஆகிய ஐந்தினையும் உண்மையான அதி தீவிர முயற்சியோடு ஏற்றுக் கொண்டு கடைப்பிடிக்க வேண்டும். சுத்த சன்மார்க்கத்தின் முன்னோடியான சமய சன்மார்க்கம், மத சன்மார்க்கம் ஆகிய இரண்டிலும் எடுத்துக் காட்டியுள்ள சத்துவ நிர்க்குண லட்சியங்களை உண்மையாகக் கைக் கொள்ள வேண்டும்..

<u>நித்திய ஒழுக்கம்</u>:

நாம் தூங்கியெழுந்து மலஜலம் கழிப்பது முதல் இரவு படுக்கும் வரை என்னென்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை நேரம் காலம் குறிப்பிட்டு வரையறை செய்துள்ளார்.

பல் தேய்த்தவுடன் தர்ஜனி விரலில் கரிசாலைத் தூள் கொண்டு அண்ணாக்கில் தேய்த்தால் பித்தநீர், கபநீர் வெளியாகிக் கண்ணொளி விசேஷிக்கும் என்பதுடன் முகமும் வசீகரமாகும் என்கிறார்.

குடிக்கும் நீர்:

சுக்கைச் சுண்ணாம்பு தடவிச் சுட்டு தோலைச் சுரண்டி தூள் செய்து வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஐந்து டம்ளர் தண்ணீர் எடுத்துச் சிறிதளவு அந்தத் தூளை அதில்போட்டு மூன்று டம்ளர் தண்ணீர் சுண்டும் வரை காய்ச்சி மீதம் நிற்கும் இரண்டு டம்ளர் தண்ணீர்தான் குடிக்க வேண்டும். இவ்வாறு செய்ய முடியாவிட்டால் வெந்நீராவது குடிக்க வேண்டுமே தவிர எக்காரணங் கொண்டும் குளிர்ந்த நீரைப் பருகக் கூடாது. இவ்வாறு வெந்நீர் பருகுவதால் அம்மை, டைபாய்டு, மஞ்சள்காமாலை போன்ற பல நோய்களைத் தடுக்கலாம்.

குளிப்பதுகூட இளஞ்சூடுள்ள வெந்நீரில் தான் குளிக்க வேண்டுமே தவிர குளிர்ந்த நீரில் குளிக்கக் கூடாது என்கிறார்.

நல்ல வாழ்விற்கு அவர் தரும் சூட்சுமம் இதுவே

ஆகாரம்	...	1/2
துக்கம்	...	1/8
மைதுனம்	...	1/16
பயம்	...	0

ஆரோக்யமான வாழ்விற்கு இவ்வளவு எளிய வழி முறைகளை வள்ளலார் போதித்துள்ளார்.

காமம் என்பது ஆசையின் பெருக்கமாகும். ஆணவம் மாயை கன்மம் ஆகிய மூன்றையும் மும்மலம் என்று கூறுவார்கள். ஆணவம் என்பது

நான். அதாவது சுயநலம். மாயை என்பது ஆசை. நமக்கு ஏற்படும் ஆசை எதுவானாலும் அது மாயையே. உலகியல் ஆசையை அசுத்த மாயை என்றும் ஆன்மீக ஆசையைச் சுத்த மாயை என்றும் கூறியுள்ளார்கள். எனவே மாயை என்பது ஆசை. அந்த ஆசையை நிறைவேற்றிக் கொள்ள நாம் செய்யும் காரியமே கன்மம். அந்தக் கன்மம் பிறர்க்குத் தீமை விளைவிக்குமானால் பாவம் என்றும் தீவினை என்றும், பிறர்க்கு நன்மை பயக்குமானால் புண்ணியம் என்றும் நல்வினை என்றும் கூறுவார்கள். நல்வினை தீவினை என்பவை மனிதர்க்கு மட்டுமே உரியனவாகும். ஏனெனில் ஆறறிவு படைத்த மனிதனுக்கு மட்டுமே தன் இச்சைப்படிச் செயல்புரிய ஆண்டவனால் அற்ப சுதந்திரம் அளிக்கப்பட்டுள்ளது. அந்தச் சுதந்தரத்தைப் பயன்படுத்தி மனிதன் செயல்படுவதால் பாவ புண்ணியம் என்பன மனிதனைச் சார்கின்றன. அதன் பலனையும் மனிதன் அனுபவித்தே ஆக வேண்டும். இந்த அற்ப சுதந்தரமானது மூன்று வகைப்படும்.

1. தேக சுதந்தரம்
2. ஜீவ சுதந்தரம்
3. போக சுதந்தரம்

இந்த வினைகளை நாம் செய்யும் வரை அதற்குரிய பலனை அனுபவிப்பதோடு இந்த

வினைகட்கேற்பவே அடுத்த பிறவியும் அமைகின்றது.

அடுத்த பிறவி:

மனம் வாக்கு காயம் ஆகிய மூன்றினாலும் வினைகள் ஆற்றப்படுகின்றன. முன்பே கூறியது போல வினைகள் பாவம் புண்ணியம் என்று இரு வகையாகும். மனதால் பாவம் செய்தவர்கள் அடுத்த பிறவியில் சண்டாளப் பிறவி எடுப்பார்கள். வாக்கினால் பாவம் செய்தவர்கள் அடுத்த பிறவியில் மிருகங்களாகப் பிறப்பர். தேகத்தினால் பாவம் செய்பவர்கள் அடுத்த பிறவியில் மரம் முதலிய சரீரம் எடுப்பார்கள்.

அதனால் இந்தப் பிறவியிலேயே வினைகளைக் களைய வேண்டும். அடுத்த பிறவியில் மனிதராகவே பிறப்போம் என்ற உத்தரவாதம் கிடையாது.

நயத்தால் உனது திருவருளை நண்ணாக்
கொடியேன் நாயுடம்பை
உயத்தான் வையேன் மடித்திடுவேன் மடித்தால்
பின்னர் உலகத்தே
வயத்தால் எந்த உடம்பு வருமோ என்ன வருமோ
என்கின்ற
பயத்தால் ஐயோ இவ்வுடம்பைச் சுமக்கின்றேன்
எம்பரஞ்சுடரே

என்ற பாடலில் தன்னைப் பற்றிக் கூறுவது போல நமக்கு அறிவுறுத்துகின்றார். எனவே நாம் செய்கின்ற நல்வினை, தீவினைக் கேற்பவே அடுத்த பிறவியும் அப்பிறவியில் வாழ்க்கையும் அமையும்.

பயிர்ப்புறு கரணப்பரிசுகள் பற்பல
உயிர்த்திரள் ஒன்றென உரைத்த மெய்ச்சிவமே

என்று அகவலிலும் இக்கருத்தினை வலியுறுத்து கின்றனர்.

<u>வினையைத் தவிர்ப்பது எப்படி?</u>

எந்தச் சுதந்தரத்தை நாம் பயன்படுத் தினால் வினை நம்மைச் சூழ்கின்றதோ அந்தச் சுதந்தரத்தை ஆண்டவனுக்கே அளித்துவிட்டு தற்சுதந்தரத்தை இழந்து செயல்படுவோமானால் வினையை நாடாமல் வாழலாம். உதாரணத்திற்கு ஒரு பாடல்.

சத்தியம் சத்தியம் அருட்பெருஞ்ஜோதித்
  தந்தையரே எனைத் தாங்குகின்றீரே
உத்தமமாகும் நும் திருச் சமூகத்தென்
  உடல் பொருள் ஆவியை உவப்புடன் அளித்தேன்
இத்தகை உலகிடை அவைக்கும் என் தனக்கும்

ஏதும் சுதந்தரம் இல்லை இங்கினி நீர்
எத்தகையாயினும் செய்து கொள்கிற்பீர்
எனைப் பள்ளியெழுப்பி மெய்யின்பந்தந்தீரே

நாம் நம்முடைய சுதந்தரத்தில் நமது மனம்போன போக்கில் நல்லது கெட்டதை நாமே தீர்மானித்துக் கொண்டு செயல்படுகிறோம். அதனால் வினைக்கு ஆளாகிறோம். வள்ளலாரோ தன் இச்சையாக எதையும் செய்யவில்லை. மனம் என்பது எல்லாருக்கும் பொதுவான ஒன்று. அது எல்லோரையும் மருட்டி அதிட்டித்து வைத்துக் கொண்டிருக்கிறது. வள்ளலாரையும் அது விட்டு வைக்கவில்லை. அது ஆட்டுவதுபோல் நாம் ஆடிக் கொண்டிருக்கிறோம். வள்ளலாரோ அதை அடக்கினார் - ஆதாரம்

மனமெனுமோர் பேய்க் குரங்கு மடப் பயலே
மற்றவர் போல் எனை நினைத்து
மருட்டாதே கண்டாய்
இனமுற என் சொல்வழியே இருத்தி எனில்
சுகமாய் இருந்திடு நீ
என் சொல்வழி ஏற்றிலை யானாலோ
தினையளவுன் அதிகாரம் செல்லவொட்டேன்
உலகஞ்
சிரிக்க உனை அடக்கிடுவேன்
திருவருளால் கணத்தே

நனவில் எனை அறியாயோ யாரென
இங்கிருந்தாய்
ஞான சபைத் தலைவனுக்கு நல்ல
பிள்ளை நானே

வள்ளலார் தனது மனதை அடக்கினார்.

எல்லா ஞானிகளும் எடுத்துக் கொண்ட அத்தனை முயற்சிகளும் மனதை அடக்குவதற்குத்தான் என நாம் உணர வேண்டும்.

இதுவரை கூறி வந்த கருத்துக்களின் சாரம்:

1. ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒழுக்கமாக வாழ வேண்டும்
2. நற்குணங்களில் முயன்று முயன்று பழக வேண்டும்
3. ஆகாரக் கட்டுப்பாடு வேண்டும்
4. மனிதனுக்கு ஓர் அற்ப சுதந்தரம் தரப்பட்டுள்ளது. அதனால்தான் அவன் பாவ புண்ணியம் என்ற வினைக்கு ஆளாகிறான்.
5. பாவ புண்ணியங்கட்கு ஏற்பவே அடுத்த பிறவி அமைகிறது.
6. வினையை இந்தப் பிறவியிலேயே தவிர்த்தால் அடுத்த பிறவியைத் தடுக்கலாம்.

உறக்கம்

நம் வாழ்வின் பெரும்பகுதி தூக்கத்திலேயே கழிந்து விடுகின்றது. படுத்தது தெரியும் - எழுந்தது தெரியும். இடையில் நேரம் போனதே தெரியாது. ஆனால் சுகமாகத் தூங்கினேன் என்கிறோம். தூங்கும்போது எந்தச் சுகத்தையும் அனுபவித்ததில்லை. சுகமான தூக்கம் என்ற சொல் வழக்கத்தில் மட்டுமே உள்ளது. ஒவ்வொருவரும் தினம் ஆறு அல்லது ஏழு மணி நேரம் தூங்க வேண்டும் என்று மருத்துவர்கள் கூறுகின்றனர். ஆனால் வள்ளலார் போன்ற ஞானிகளோ தூக்கத்தை ஒழிக்க வேண்டும் என்று கூறுகின்றார்கள். உடம்பின் களைப்பை, சோர்வைப் போக்க உறக்கம் அவசியமாகின்றது. தூங்கி எழுந்தவுடன் நமது உடல் புதிய உற்சாகத்துடன் இயங்குகின்றது. தூக்கம் இல்லையேல் மறு நாள் எந்த வேலையும் செய்ய முடியவில்லை. உடலிலும் நல்ல வலி ஏற்படுகின்றது. இது ஒவ்வொருவருடைய உண்மை அனுபவம். எனவே தூக்கம் மனிதனுக்கு மிகவும் அவசியமாகின்றது.

ஆனால் வள்ளலார் கூறுவது என்ன தெரியுமா? "தூக்கத்தை ஒழித்தால் ஆயுசு விருத்தியாகும். ஒருவன் ஒரு நாளைக்கு இரண்டரை நாழிகை (ஒரு மணி நேரம்) தூங்கப் பழக்கம் செய்வானானால் அவன் ஆயிரம் வருடம் ஜீவித்திருப்பான்" (உரைநடை பக்கம் 411)

தூக்கத்தை ஒழித்தால் ஆயுசு விருத்தியாகும் என்கிறாரே அது பற்றிச் சிறிது ஆய்வு செய்வோம்.

ஒவ்வொரு மனிதனும் ஒரு நாளைக்குச் சராசரி 21,600 முறை சுவாசிக்கிறான். ஒரு பெண்ணிடம் இருக்கும் பிருதிவி, அப்பு, தேயு, இயமானன் எனும் வாயு ஆகிய நான்கு தாதுக்களும் ஓர் ஆணிடமுள்ள ஆகாயம் ஆன்ம உணர்ச்சி, பிரகிருதி ஆகிய மூன்றும் கூடி ஒருமித்துச் சுக்கில சுரோணித சம்பந்தப்பட்டுப் பிண்டமாகிறது. (உரைநடை பக்கம் 361)

ஒவ்வொரு முறை சுவாசிக்கும்போதும் 12 அங்குலம் பிராணவாயு உள்ளே இழுக்கப்படுகிறது. மீண்டும் வெளியே விடும்போது வலது நாசித் துவாரம் வழியாக மூச்சை வெளியே விட்டால் உள்ளே இழுக்கப்பட்ட அதே 12 அங்குலக் காற்று வெளியே வருகின்றதாம். அதே நேரத்தில் இடது நாசித்துவாரம் வழியாக மூச்சை வெளியே விட்டால் 16 அங்குலம் காற்று வெளியே தள்ளப்படுகின்றதாம். உள்ளே இழுத்தது 12 அங்குலம்தானே வெளியே 16 அங்குலம் எப்படி

வர முடியும். மனித உடம்பு உருவானபோது சேர்க்கப்பட்ட இயமானன் என்னும் வாயுதான் கூடுதலான 4 அங்குலக் காற்று. இவ்வாறு ஒவ்வொரு முறையும் 4 அங்குலம் இயமானன் வெளியேறினால் முடிவாக மரணம் சம்பவிக்கும். எனவே தான் ஞானிகள் எப்போதும் வலது நாசித்துவாரம் வழியாகவே சுவாசிக்கின்ற பயிற்சியில் ஈடுபட்டார்கள்.

"எந்தக் காலத்தில் எது குறித்துப் படுத்த போதிலும் இடது கைப் பக்கமாகவே படுத்தல் வேண்டும்" (உரைநடை பக்கம் 339)

"படுத்து விழிக்கிற பரியந்தம் இடக்கை கீழிருக்கச் செய்தல்" (உரைநடை பக்கம் 344)

படுக்கும்போது இடது கை கீழிருந்தால் சுவாசம் வலது நாசி வழியாகவே நடக்கும் இதனால் ஆயுள் விருத்தியாகும்.

சாதாரண காலத்தைவிட உறங்கும்போது மூச்சு அதிகமாகச் செலவழிகிறது. குறட்டை விடுகின்றவர்களைச் சற்று நோக்கினால் இதனை நன்கு உணரலாம். தூங்குவதை ஒய்வெடுப்பதாக எண்ணுவது தவறு. உழைப்பு அதிகமாகவோ கடினமானதாகவோ இருந்தால் பெருமூச்சு வருகிறது. அதுபோல் தூங்கும்போதும் மூச்சு அதிகமாக வருவதால் ஆயுள் குறைவு ஏற்படுகிறது. இதனால்தான் தூக்கத்தை ஒழித்தால் ஆயுள் விருத்தியாகும் என்றார் வள்ளலார்.

தூக்கம் இல்லாவிட்டால் உடல்நிலை பாதிக்குமே என்று கருதலாம். தூங்கும்போது மனித மூளையிலிருந்து உற்பத்தியாகும் ஒளிக்கதிர்களே உடற்சோர்வை நீக்கி உற்சாகத்தைக் கொடுக்கிறது. தியானம் செய்யும்போதும் இந்த ஒளிக் கதிர்கள் தோன்றுகின்றன. 10 மணி நேரம் தூங்கினால் எவ்வளவு ஒளிக் கதிர்கள் தோன்றுமோ அவ்வளவு ஒளிக் கதிர்கள் ஒரு மணி நேரம் தியானம் செய்தாலே தோன்றி விடுகின்றது. எனவே ஒரு மணி நேரம் தியானம் செய்வது 10 மணி நேரம் தூங்குவதற்குச் சமமாகின்றது. வள்ளலார் வாக்கை நினைவில் கொண்டு, தூக்கத்தைக் குறைத்துத் தியானத்தைப் பெருக்கி ஆயுளை வளர்த்துக் கொள்வோமாக.

மூப்பு

குழந்தையாய்ப் பிறந்தவன் வளர்ந்து வாலிபப் பருவத்தை அடைந்து முடிவாக முதுமை அடைந்து நிற்பதைக் கண்கூடாகக் காண்கின்றோம். இளமை நிலையாமையை ஆன்றோர்கள் பலவிதமாக எடுத்துக் காட்டியுள்ளனர். வாலிபத்தில் மிடுக்காக இருந்த உடல் உறுப்புகள் தேய்மானம் அடைகின்றன. முதலில் இரத்தத்தின் தன்மை கெடுகின்றது. அதனால் நரை ஏற்படுகின்றது. கண் பார்வை மங்கி விடுகின்றது. காது செவிடுபடுகின்றது. பற்கள் விழத் தொடங்கி விடுகின்றன. உடல் பலவீனம் அடைகிறது. முன்போல் நடக்க முடியவில்லை. கோலூன்றி நடந்தாலும் தள்ளாடுகின்றது. எதற்கும் ஒரு துணை தேவைப்படுகிறது. நாள் ஆக ஆக மரணம் நெருங்குவதை உணர முடிகிறது.

ஐவிளக்கு மூப்பு மரணாதிகளை நினைத்தால் அடிவயிற்றை முறுக்காதோ கொடிய முயற்றுலகீர் என்று வள்ளலார் சாடுவார்.

மூப்பு வருவது இயற்கையேயானாலும் அதனையும் தடுத்து நிறுத்த முடியும் என்றும், என்றைக்கும் இளமையுடனே இருக்கலாம் என்றும் எடுத்துரைக்கின்றார் வள்ளற் பெருமானார்.

என்றே என்னினும் இளமையோடிருக்க
நன்றே தரும் ஒரு ஞானமா மருந்தே
(அகவல்)

தவத்தினால் ஏற்படும் கனலானது உடம்பை வேதிக்கும். தூய உடலானது அந்தத் தவக் கனலின் வேதிப்பினால் சுத்த தேகமாக மாறும். சுத்த தேகத்தின் தன்மை 12 வயது பருவம் என்கின்றார். சுத்த தேகம் பெற்ற ஒருவனின் வயது ஆண்டுக் கணக்கில் எத்தனை ஆகியிருந்தாலும் அவனின் உடல் தன்மை 12 வயது பருவமாக இளமையாகவே இருக்கும்.

மூப்பானது எல்லாப் பிணிகளுக்கும் காரணமாக நின்று முடிவில் மரணத்தைத் தருகின்றது.

தவமானது மூப்பை விரட்டுவதுடன் மரணத்தையும் தவிர்த்து விடுகின்றது. இதுவே வள்ளலார் காட்டும் மார்க்கமாகும்.

திரைந்து திரைந்து உளூத்தவரும் திரும்பவும் இளமை அடையலாம் என வள்ளற் பெருமானார் உறுதி அளிக்கின்றார்.

விரைந்து விரைந்து அடைந்திடுமின் மேதினியீரிங்கே
மெய்ம்மை உரைக்கின்றேன் நீர் வேறு நினையாதீர்
திரைந்து திரைந்து உளூத்தவரும் இளமைஅடைந்திடவும்
செத்தவர்கள் எழுந்திடவும் சித்தாடல் புரிய

வரைந்து வரைந்து எல்லாம் செய்வல்ல சித்தன் தானே
வருகின்ற தருணம் இது வரம் பெறலாம் நீவிர்
கரைந்து கரைந்து உளம் உருகிக் கண்களில் நீர்
பெருகிக்கருணை நடக் கடவுளை உட்கருதுமினோ
களித்தே
(5583)

நாம் திரும்பவும் இளமை அடைய முடியும் என்று விளக்கிய வள்ளற் பெருமானார் தான் அவ்வாறு இளமை அடைந்ததாக எடுத்துக் காட்டுகின்றார்.

விரைந்து விரைந்து படி கடந்தேன் மேற்பால்
அமுதம் வியந்துண்டேன்
கரைந்து கரைந்து மனம் உருகக் கண்ணீர்
பெருகக் கருத்தலர்ந்தே
வரைந்து ஞான மணம் பொங்க மணி மன்றரசைக்
கண்டுகொண்டேன்
திரைந்து நெகிழ்ந்த தோலுடம்பும் செழும்பொன்
உடம்பாய்த் திகழ்ந்தேனே (5482)

மணி மன்றம் என்பது பொற்சபை அனுபவம். அந்த அனுபவத்தால் இளமை அடைந்தேன் என்கின்றார் வள்ளலார்.

நாமும் வள்ளலார் காட்டிய தவத்தை மேற்கொண்டு தவக் கனலால் நம் உடம்பை

வேதித்தால் மூப்பு அடைந்தோருங்கூட மீண்டும் இளமை பெறலாம்.

பயம்

மரணத்தைத் தருகின்ற பிணி, மூப்பு, பயம், துன்பம் ஆகிய நான்கிலும் பிணி, மூப்பு ஆகிய இரண்டும் உடற்பிணியாகும். பயம், துன்பம் ஆகிய பின்னிரண்டும் மனதிற்கு வருவன ஆகும்.

ஆகாரக் கட்டுப்பாடும், நடத்தையில் பொய்படா ஒழுக்கமும் இருந்தால் உடற்பிணியைத் தவிர்த்துக் கொள்ள முடியும்.

தவம் செய்தால் இரண்டாவதான மூப்பைத் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.

பயம் என்பது ஒரு வகையில் கவலை என்று கூடச் சொல்லலாம். பயம் காரணமாக மன அதிர்ச்சியில் மரணம் அடைந்தோர் பலருண்டு. இந்தப் பயத்தை எப்படி ஒழிப்பது?

எந்த நேரத்திலும், எந்த இடத்திலும் எந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் நமக்குத் துணையாக இறைவன் இருக்கின்றான் என்ற அழுத்தமான நம்பிக்கை இருக்குமேயானால் பயம் ஏற்படாது.

இறைவனிடம் யார் சரணாகதி அடைகின்றார்களோ அவர்கள் இறைவனை நம்பிப் பயப்படாமல் இருக்க முடியும். பயத்தை ஒழிப்பதற்குப் பக்தி ஒன்றே சிறந்த வழி. வள்ளற் பெருமானார் உன்பதத் துணை ஒன்றையே பிடித்தேன், அதனால் பயப்பட மாட்டேன் என்று பாடுகிறார்.

பட மாட்டேன் துயர் சிறிதும் பட மாட்டேன் இனி நான்
பயப்படவும் மாட்டேன் நும்பதத் துணையேபிடித்தேன்
விட மாட்டேன் ஏமாந்து விட மாட்டேன் கண்டீர்
மெய்மையிது நும்மாணை விளம்பினன் நும்அடியேன்
கெட மாட்டேன் பிறர் மொழிகள் கேட்டிடவும்மாட்டேன்
கிளரொளி அம்பலத்தாடல் வளரொளி நும்மல்லால்
நடமாட்டேன் என் உளத்தே நான் சாக மாட்டேன்
நல்ல திரு அருளாலே நான் தான் ஆனேனே
(4747)

அம்பலத்தே என் அப்பன் ஆகிய இறைவனின் அருளை நம்புகின்ற பிள்ளை நான். எனவே பயமே என்னை விட்டு ஓடி விடு என்று பயத்தை விரட்டும் உபாயம் பக்தியே, அருளை நம்புவதே என்று வழி காட்டுகின்றார் வள்ளற் பெருமானார்.

பயம் எனும் ஓர் கொடும்பாவிப் பயலே நீ இதுகேள்
பற்றற என்றனை விடுத்துப் பனிக் கடல்
வீழ்ந்து ஒளிப்பாய்

தயவின் உரைத்தேன் இன்னும் இருத்தி எனில் உனது
தன் தலைக்குத் தீம்பு வரும் தலைமட்டோநினது
செயலாலும் உன் உடம்பழியும் சுற்றமெலாம் இறக்கும்
தீர்ந்ததினி இல்லை என்றே திருவார்த்தை
பிறக்கும்
அயலிடை நேர்ந்தோடுக நீ என்னை அறியாயோ
அம்பலத்தென் அப்பன் அருள் நம்பு பிள்ளை
நானே (4850)

சன்மார்க்கத்தில் ஆகாரம் ½, நித்திரை 1/8, மைதுனம் 1/16, பயம் 0 பூஜ்யம் ஆகப் பெறுதல் என்கிறார் நமது வள்ளற்பெருமானார் (உரைநடை பக்கம் 344)

பயம் 0 என்றால் பயமில்லாமல் வாழ்வது. அது எவ்வாறு சாத்தியமாகும். அச்சம் என்ற பயத்திற்கு ஒரே காரணம் நாம் செய்கின்ற தவறுதான். எப்படி ஒரு திருடனானவன் போலீசைக் கண்டு தானே அஞ்சுகின்றானோ அவ்வாறே தவறு செய்பவனுக்குத்தான் அச்சம் அல்லது பயம் ஏற்படும். எந்தத் தவறும் செய்யாதவன் யாருக்கும் எப்போதும் அஞ்சத் தேவையில்லை. பயத்தை நல்ல ஒழுக்கத்தினால் தவிர்த்துக் கொள்ளலாம். மற்றபடி வரக்கூடிய பயம் எதுவானாலும், நாம் எந்தத் தெய்வத்தை வணங்குகின்றோமோ அந்தத் தெய்வத்தின் மீது உண்மையான அளவற்ற பக்தியும் நம்பிக்கையும் கொண்டு தவிர்த்துக் கொள்ளலாம்.

எந்தவித நஷ்டமும் நமக்கு ஏற்படாது என்ற உள் அழுந்திய பிரக்ஞையே சங்கல்பம் என்று விளக்கம் தருகிறார். தெய்வம் துணை இருப்பதால் எந்த இழப்பும் ஏற்படாது என்று மேலெழுந்தவாறு அல்ல உள் அழுந்திய முடிவே சங்கல்பம். சங்கல்பம் மயமானால் சிவானுபவம் பெறலாம் என்கிறார்.

எந்தை பிரான் என் இறைவன் இருக்க இங்கே
    என்ன குறை நமக்கென்றே இறுமாப்புற்றே
மந்த உலகில் பிறரை ஒரு காசுக்கும் மதியாமல்
    நின் அடியே மதிக்கின்றேன் யான்
இந்த அடியேனிடத்து உன் திருவுளந்தான்
    எவ்வாறோ அறிகிலேன் ஏழையேன் நான்
சிந்தை மகிழ்ந்து அருட்குருவாய் என்னை
                                        முன்னே
    சிறுகாலை ஆட்கொண்ட தேவ தேவே

என்று பாடுகிறார்.

இறைவன் துணையிருக்கிறான் என்று யார் அனுபவத்தில் உணர்ந்து கொண்டார்களோ அவர்கள் எப்போதும் பயப்பட மாட்டார்கள்.

உள்ளும் புறமும் வள்ளல் துணையிருக்க
வாட்டமேன் என்கிறார் வள்ளலார்.

இறைவன் துணையை நம்புவோம். ஒழுக்கமாக வாழ்வோம், தவறு செய்யாமல் வாழ்வோம், தயவுடன் வாழ்வோம், அச்சம் தவிர்த்தான் என்று ஊது ஊது சங்கே என வள்ளலார் பாடியுள்ளதுபோல் அச்சம் அதாவது பயம் அற்று வாழ்வோம்.

துன்பம்

துன்பம் பலவகையாய் மனிதனுக்கு ஏற்படுகின்றது, உடல் நலக் குறைவு, பொருள் நஷ்டம், ஏமாற்றம், மனதிற்குப் பிடிக்காத ஒரு செயலைச் செய்தாக வேண்டும் என்ற சூழ்நிலை, வறுமை போன்ற பல காரணங்களால் ஏற்படுகின்றது.

"எந்தக் காலத்தில் எந்த இடத்தில் எந்தவிதமாக எந்த மட்டில் எதை அனுபவிக்க வேண்டுமோ அதை அந்தக் காலம் அந்த இடம் அந்த விதம் அந்த மட்டும் பொருந்தப் பொசிப்பிக்கின்றது. திருவருட் சக்தியாய் இருந்தால் நமக்கென்ன சுதந்தரம் இருக்கின்றது? எல்லாம் திருவருட் சக்தி காரியம் என்று அதைத் தியானித்து இருக்க வேண்டும்" (உரைநடை பக்கம் 481) என்கிறார் வள்ளலார்.

இந்த உறுதி மனதில் பதியுமானால் வரும் துன்பங்களைத் தாங்கிக் கொள்ள இயலும். அதே போல நாம் படுகின்ற துன்பங்கட்குக் காரணம் நாம் முன் செய்த தீவினைகளே. மனம் புத்தி சித்தம் அகங்காரம் ஆகிய அந்தக் கரணங்களின் செயல்பாடுகட்கேற்பவே இந்தப் பிறவியில் இன்ப துன்பங்களை அனுபவிக்கின்றோம் என்ற தெளிவு வேண்டும். இன்ப துன்பங்கள் நம்முடைய கரணங்கள் முன்பு செய்த செயல்களால் இந்தப் பிறவியில் நாம் பெறும் பரிசுகள் ஆகும் என்கின்றார்.

பயிர்ப்புறு கரணப் பரிசுகள் பற்பல
உயிர்த்திரள் ஒன்றென உரைத்த மெய்ச்சிவமே
(அகவல்)

துன்பங்கள் வருவதற்கு முன் செய்த வினைகள் காரணம் என்றால் அத்துன்பங்களை அனுபவித்தேதான் ஆகவேண்டுமா?

இல்லை என்கிறார் நம் பெருமானார். முன் வினையை ஊழ் என்கிறோம். ஊழை அகற்ற முடியாது அனுபவித்தே ஆக வேண்டும் என்று முன்னோர் திட்ட வட்டமாக அறிவித்துள்ளனர். ஆனால் ஊழை அகற்ற முடியும் என்கிறார் வள்ளற் பெருந்தகை.

"ஊழை அகற்ற உளவறியாப் பொய்யன் இவன்

பீழை மனம் நம்மைப் பெறாதம் மனம் கொடிய
தாழை என எண்ணி என்னைத் தள்ளி விட்டால்
என் செய்வேன்
ஏழை நான் ஒற்றி எழுத்தறியும் பெருமானே. (746)

துன்பம் நீங்குவதற்கும் பக்தியே ஆதாரமாக உள்ளது என்பதே உண்மை.

முடிவாக நாம் உணர்வது இதுவே:

1. ஆகாரப் பக்குவமும் சீரிய குணங்களும் உடற்பிணியைத் தவிர்க்கும்.
2. தவத்தினால் மூப்பு மாறி இளமை அடைய முடியும்
3. பக்தியினால் பயத்தையும் துன்பத்தையும் அகற்றலாம். இவை அகன்றால் மரணமும் நீங்கும்.

பக்தி

நாம் வணங்கும் இறைவன் மீது நாம் கொள்கின்ற அன்பே பக்தியாகும். இறைவன் கருணையே வடிவானவன். இறைவனை வழிபடுவதற்கு நமது முன்னோர் சரியை கிரியை யோகம் ஞானம் என நான்கு நெறிகளை வரையறுத்தனர். இவற்றில் சரியை கிரியை என்பன புற வழிபாடு. யோகம், ஞானம் ஆகிய இரண்டும் அக வழிபாடு.

பக்தி என்பது மனநெகிழ்ச்சி மன உருக்கம் என விளக்கம் தருகிறார். நமது திருவருட்பிரகாசர். நமது பெருமானார் அருளியுள்ள திருவருட்பாவில் பக்தி வெள்ளம் பெருகி ஓடுவதை உணரலாம்.

இறைவனே நான் உன்னை வணங்கியதே இல்லை. உன் மீது அன்பு கொண்டு உன்னைப்

பாடியதே இல்லை. உன் அற்புதங்கள் நிறைந்த நூல்களைப் படித்ததில்லை. படித்த நல்லோர்கள் உன்னைப் புகழந்து கூறியதைக் கேட்டதுமில்லை பக்தியோடு உனக்குப் பூமாலையாவது அணிந்தேனா அதுவும் இல்லை. மனம் உருக என் கண்களில் நீரானது ஆறாய்ப் பெருக உன் முன் நின்று அழுததும் இல்லை. உன்னைத் தொழுததும் இல்லை. இவற்றிற்கெல்லாம் காரணம் எனது அகங்காரம்தான். அந்த அகங்காரமோ ஒரு சிறிதும் குறைந்ததில்லை. பிற உயிர்கள் மீது நான் தயவு காட்டியதே இல்லை. நான் உண்மை பேசியதும் இல்லை. இரக்க மற்ற தடி போல் அல்லவா நான் இருக்கிறேன். நான் எவ்வளவு கொடியவன் என்பதற்கு வேறே ஆதாரம் தேவையில்லை. எனக்கு அருள் தருவதற்கே உனக்குத் துணிவு வேண்டும். துணிவு கொண்டல்லவா எனக்கு அருள் அளித்தாய் என வாழ்த்துகின்றார்.

பணிந்தறியேன் அன்புடனே பாடுதலும் அறியேன்
    படித்தறியேன் கேட்டறியேன் பக்தியில் பூமாலை
அணிந்தறியேன் மனமுருகக் கண்களில் நீர் பெருக
    அழுதறியேன் தொழுதறியேன் அகங்காரம் சிறிதும்
தணிந்தறியேன் தயவறியேன் சத்திய வாசகமுந்தான்
    அறியேன் உழுந்தடித்த தடியது போலிருந்தேன்
துணிந்தெனக்கும் கருணை செய்த துரையே
    என்னுளத்தே சுத்த நடம்புரியும் சித்தசிகாமணியே

உள்ளும் புறமும் வள்ளல் துணையிருக்க வாட்டமேன் என்பார். பக்தியுள்ளவர்கள் இதை நன்கு உணர வேண்டும். முதலில் புற வழிபாடுதான் செய்ய வேண்டும். துவைதமாக இருந்தால் அத்வைதம் தானே ஆகும் என்பார். இறைவன் வேறு ஜீவன் வேறு என்ற நிலைதான் துவைத நிலை. ஜீவனானது தனது குறைகளை நன்கு உணர வேண்டும். அவ்வாறே இறைவனது அருமை பெருமைகளையும் உணர வேண்டும். பக்தியைப் பயபக்தி என்று கூறுவார்கள். பக்தியில் பயமா என்று வினவலாம். ஆம் பயம்தான் எப்போதும் எக்காலத்தும் நாம் இறைவனின் பார்வையில்தான் இருக்கின்றோம் என்பதை உணர்ந்தால் எந்தத் தவறும் செய்ய மாட்டோம். இறைவன் நம்மை நமது செயலை, நமது பேச்சை, நமது எண்ணங்களை எல்லாவற்றையும் பார்த்துக் கொண்டுதான் இருக்கிறான் என்ற அச்ச உணர்வு ஏற்படுவதைத்தான் பய பக்தி எனக் கூறினார்கள்.

திருவருட்பாவில் ஒவ்வொரு பாட்டையும் கவனித்தால் பக்திப் பெருக்கின் எல்லையைக் காணலாம். எல்லாவற்றையும் விளக்க யாரால் இயலும். பானை சோற்றுக்கு ஒரு சோறு பதம் என்று சொல்வது போல் ஒன்றிரண்டு பாடல்களை இங்கு கவனிப்போம்.

எந்தத் தவறும் இனியாவது செய்யக் கூடாது. ஒழுக்கந்தவறாது வாழ வேண்டும் என்று

பல உறுதிகளை எடுக்கிறேன். ஆனால் அந்த உறுதிகளைப் பலப்பல காரணங்களால் தவற விடுகின்றேன். இவ்வாறு ஏற்படும் என் தளர்வையெலாம் எடுத்துரைத்தால் சாந்த சொரூபியான உனது மனத்தில்கூடச் சினம் தோன்றக் கூடும். அவ்வாறு சினம் தோன்றினாலும் பரவாயில்லை என்று என்னுடைய தளர்வையெல்லாம் நின்பால் உரைப்பனேயன்றி வேறு எவர்க்காவது உரைப்பேனா - அவ்வாறு உரைக்க நான் முற்பட்டாலும் என் நா எழுமா என்று தான் கொண்ட பக்தியை வெளிப்படுத்து கின்றார்.

மானெழுந்தாடுங் கரத்தோய் நின் சாந்த மனத்தில்சினந்
தானெழுந்தாலும் எழுகவென்றே என் தளர்வையெலாம்
ஊனெழுந்தார்க்க நின்பால் உரைப்பனன்றி ஊர்க்குரைக்க
நானெழுந்தாலும் என் நா எழுமோ மொழி நல்கிடவே.

உன்னிடம் உரைப்பேனேயன்றி வேறெவர்க் காவது உரைக்க நான் துணிந்தாலும் என் நா எழுமோ என்கிறாரே அந்த உறுதி எங்கே?

இந்தத் தெய்வத்திற்குச் சக்தி அதிகமா அந்தத் தெய்வத்திற்குச் சக்தி அதிகமா என்று ஆய்வு செய்து அடிக்கடி தெய்வத்தை மாற்றிக் கொள்ளும் பக்தர்களை இக்காலத்தில் நிறைய காண்கின்றோம். கேவலம் பணத்திற்காகவும் சில அற்பப் பிரயோஜனங்களுக்காவும் மதங்கயையே மாற்றிக் கொள்கின்றார்களே. இந்தப் பக்தி உண்மையான பக்தியல்ல. காரிய பக்தி.

இன்னும் பற்பல நாள் இருந்தாலும்
இக் கணந்தனிலே இறந்தாலும்
துன்னும்வான் கதிக்கே புகுந்தாலும்
சோர்ந்து மா நரகத்துழன்றாலும்
என்ன மேலும் இங்கு எனக்கு வந்தாலும்
எம்பிரான் எனக்கு யாது செய்தாலும்
நன்னர் நெஞ்சகம் நாடி நின்றோங்கும்
நமச்சிவாயத்தை நான் மறவேனே.

என்ன வந்தாலும் இறைவனை மறவாத பக்தியே உண்மையான பக்தி.

சிலர் முன் செய்த வினையின் காரணமாக வறுமையில் வாடலாம். உண்ண உணவும் உடுக்க உடையும் கூட இல்லாமல் இருக்கலாம். முன் ஜென்மாவில் செய்த கர்மவினையினால் இவ்வாறு வறுமையினால் வாடினாலும் இறைவனைக் கேட்டால் அவ்வளவையும் பெற்றுக் கொள்ள லாமாம்.

சோறு வேண்டினும் துகிலணி முதலாம்
சுகங்கள் வேண்டினும் சுகமலாற் சுகமாம்
வேறு வேண்டினும் நினையடைந்தன்றி
மேவொணாதெனும் மேலவர் உரைக்கோர்
மாறு வேண்டிலேன் வந்து நிற்கின்றேன்
வள்ளலே உன் தன் மனக் குறிப்பறியேன்
சாறு வேண்டிய பொழில் வடலரசே
சத்தியச் சபைத் தனிப் பெரும் பதியே

உடம்பிற்கு ஏதேனும் நோய் வருகின்றதா ஆழ்ந்த பக்தியினால் அதையும் நீக்கிக் கொள்ளலாம். இறைவனை வேண்டினால் தீராத நோயுண்டா, நோய் நீங்க இதோ ஒரு அருட்பா.

பொல்லாத சூர்க்கிளையைத் தடிந்தமரர்
படுந்துயரப் புன்மை நீக்கும்
வல்லானே எனது பிணி நீ நினைத்தால் ஒரு
கணத்தில் மாறிடாதோ
கல்லாதேன் எனினும் எனை இகழாதே நினதடியர்
கழகம் கூட்டாய்ச்
செல்லாதார் வலியடக்கும் சிங்கபுரிதனிலமர்ந்த
தெய்வக்குன்றே

இறைவன் எப்போதும் நமக்குத் துணை யாகவே இருக்கின்றான். இதை உணர்ந்தவர்களே பக்திமான்கள் - இறைவனின் துணையிருப்பதை உணர்ந்தவர்கள் எப்படி இருப்பார்கள் என்பதை நமது வள்ளற் பெருமானார் எடுத்துக் காட்டுகின்றார்.

எந்தை பிரான் என் இறைவன் இருக்க இங்கே
என்ன குறை நமக்கென்றே இறுமாப்புற்றே
மந்த வுலகில் பிறரை ஒரு காசுக்கும் மதியாமல்
நின்னடியே மதிக்கின்றேன் யான்

இந்த அடியேனிடத்துன் திருவுளந்தான் எவ்வாறோ
அறிகிலேன் ஏழையேன் நான்
சிந்தை மகிழ்ந்து அருட் குருவாய் என்னை
முன்னே சிறு காலை ஆட்கொண்ட
தேவதேவே

இறைவனே உன் பதத்துணை ஒன்றையே பற்றினேன் அதனால் இனித் துயர் சிறிதும் பட மாட்டேன். எந்தக் காரணங் கொண்டும் பயப்படவும் மாட்டேன். மற்றவர் போல் ஏமாந்து உன்னை விட்டு விட மாட்டேன். இது பொய்யான வார்த்தையல்ல. சத்தியமான வார்த்தை. பிறருடைய பேச்சைக் கேட்டுக் கெட்டுப் போகமாட்டேன். உன்னைத் தவிர வேறொன்றை என் உள்ளத்தே நடமாட்டேன். நான் சாக மாட்டேன். உன்னுடைய நல்ல திருவருளாலே நான் நீயாகவே ஆகிவிட்டேன். இது வள்ளற் பெருமான் காட்டும் வழி.

படமாட்டேன் துயர் சிறிதும் படமாட்டேன்
இனி நான் பயப்படவும் மாட்டேன்
உன் பதத்துணையே பிடித்தேன்
விடமாட்டேன் ஏமாந்து விடமாட்டேன்
கண்டீர் மெய்ம்மை இது நும்மாணை
விளம்பினன் நும் அடியேன்
கெடமாட்டேன் பிறர் மொழிகள் கேட்டிடவும்
மாட்டேன் கிளரொளி
அம்பலத்தாடல் வளரொளி நும்மல்லால்

நடமாட்டேன் என்னுளத்தே நான் சாக
மாட்டேன் நல்ல திருவருளாலே
நான்தான் ஆனேனே.

இந்தப் பாடல்களிலெல்லாம் பக்தியின் ஆழத்தை, உறுதியை, அதனால் ஏற்படும் பயன்களை வள்ளற் பெருமானார் துல்லியமாக விளக்குகின்றார்.

இதுவரை வாழ்ந்த நம் வாழ் நாட்களில் நோய்களும் துன்பங்களும் ஆபத்துகளும் நம்மைத் தாக்கியிருக்கக் கூடும். இறைவன் கருணை யினால் நாம் பலமுறை தப்பித்து மீண்டிருக் கிறோம். எதிர்பாராத நன்மைகள் நமக்குக் கிட்டியிருக்கக் கூடும். இவற்றையெல்லாம் நாம் ஒவ்வொன்றாக அடிக்கடி நினைத்துப் பார்க்க வேண்டும். அப்படி நினைத்தால் இறைவன் நமக்குத் துணையாக எப்போதும் இருந்து வந்திருக்கிறான் என்பதை உணரலாம். அதை உணரும்போது நமது மனதிலே நெகிழ்ச்சி தோன்றும். அந்த நெகிழ்ச்சியின் காரணமாக இறைவன் மீது அன்பு பெருகும். அந்த அன்பிற்கு அடையாளமாக நமது கண்களிலிருந்து நீர் பெருகும். இந்த நிலையில் நமது வாய் தானாகவே அவன் புகழை அவனது பெயரை வாயார வாழ்த்தும். இந்த அனுபவத்தின் முடிவான பலன் என்ன தெரியுமா? மரணமிலாப் பெரு வாழ்வு. வள்ளலார் பாட்டைக் கவனியுங்கள்.

நினைந்து நினைந்து உணர்ந்து உணர்ந்து நெகிழந்து
நெகிழ்ந்து அன்பே நிறைந்து நிறைந்து
ஊற்றெழும் கண்ணீரதனால்உடம்பு
நனைந்து நனைந்து அருளமுதே நன்னிதியே ஞான
நடத்தரசே என்னுரிமை நாயகனே என்று
வளைந்து வளைந்து ஏதத்துதும் நாம் வம்மின்உலகியலீர்
மரணமிலாப் பெருவாழ்வில் வாழ்ந்திடலாங் கண்டீர்
புனைந்துரையேன் பொய்புகலேன் சத்தியம்சொல்கின்றேன்
பொற்சபையில் சிற்சபையில் புகுந்தருணமிதுவே.

நாயன்மார்கள் ஆழ்வார்கள் வழர்க்கையில் இறைவன் நேரில் தோன்றி காட்சி கொடுத்ததாயும் அவர்கள் விருப்பங்களையெல்லாம் நிறைவேற்றி வைத்ததாகவும் நிறையப் படித்திருக்கிறோம். அப்படிப்பட்ட நிகழச்சிகள் நமது வாழ்விலும் நடக்காதா என்ன? நிச்சயம் நடக்கும். அவர்கள் இறைவன் மீது பக்தி எவ்வாறு செலுத்தினார்களோ அவ்வாறு நாமும் பக்தி செலுத்தினால் நடக்கும்.

யாரை நாம் தெய்வமாக வணங்கு கின்றோமோ அந்தத் தெய்வத்திடம் நமது உடல் பொருள் ஆவி மூன்றையும் அர்ப்பணித்து விட்டுச் சரணாகதி அடைந்தால் நமக்கு எந்தக் குறையும் வராது.

வாயார வாழ்த்துகின்றோர் மனத்தமர்ந்த தெய்வம் என்று வள்ளலார் பாடுவார். வாயார வாழ்த்துவோம். தினமும் காலையில் குளித்து முடித்தவுடன் ஒரு பத்து நிமிடம் இறைவனை

வாயாரப் பாடித் துதிப்போம். இருபத்து நான்கு மணி நேரத்தில் ஒரு பத்து நிமிடம் தான். எந்தப் பாட்டு பாடினால் நமது மனம் நெகிழுமோ அந்தப் பாட்டை வாயாரப் பாட வேண்டும். அப்படிப் பாடித் துதித்தால் என்ற நன்மை கிடைக்கும்.

தினம் செய்யும் பாராயணத்தாலும் அன்ன விரயத்தாலும் நாம் அறியாது செய்யும் பாவங்கள் நீங்கும் தினமும் பக்தியோடு பாடித் துதிப்போம். பழவினை அறுப்போம். பக்திக்கு ஓர் உதாரணம்.

காரணப்பட்டு கந்தசாமி என்பவர் பெருமானிடம் மிகுந்த ஈடுபாடு கொண்டவர். அரசுப் பதவியிலிருந்து ஓய்வு பெற்றவுடன் கிடைத்த பணத்தில் திருஅருட்பா ஆறு திருமுறைகளை அச்சிட்டு இனாமாக எல்லோர்க்கும் வழங்கியவர். திருவருட்பிரகாச வள்ளலாரையே தெய்வமாக வழிபட்டு வந்தவர். அவரது உருவப் படத்தைத் தன்மார்பில் கட்டி தொங்க விட்டுக் கொண்டே உலவினார். யாராவது சொற்பொழிவுக்கு அழைத்தால் "திருவருட்பிரகாச வள்ளற் பெருமானை உபாசனா மூர்த்தியாகக் கொண்டு ஒழுகும் காரணப்பட்டு கந்தசாமி" என்று தன் பெயரை அச்சிடச் சொல்வாராம். பெருமானிடம் அவர் கொண்ட பக்தியே பக்தி.

பிரார்த்தனை செய்யுங்கால் தனக்காக மட்டும் பிரார்த்தனை செய்யக் கூடாது. உலகம் முழுவதும் நன்மையடையப் பிரார்த்திக்க வேண்டும். அப்படிப் பிரார்த்தித்தால் அதில்

அவனுக்கு வேண்டியதும் அடங்கிவிடும் என்பார் நமது பெருமானார். எனவே காலையில் பிரார்த்தனை செய்யும்போது நமக்கு வேண்டிய பாடல்களைப் பாடிமுடித்த பின் இறுதியாக இந்தப் பாடல்களைப் பாடி முடிக்கலாம். இது பக்திமான்களுக்கு ஓர் ஆலோசனை மட்டுமே.

நிதியே என்னுள்ள நிறைவே பொதுவில் நிறைந்த சிவ
பதியே அருட்பெருஞ்ஜோதியனே அம்பலம் விளங்கும்
கதியே என் கண்ணுங் கருத்தும் களிக்கக் கலந்து
கொண்ட
மதியே அமுத மழையே நின் பேரருள் வாழியவே

வாழி என் ஆண்டவன் வாழி எங்கோனருள் வாய்மை
என்றும்
வாழி எம்மான் புகழ் வாழி என் நாதன் மலர்ப்பதங்கள்
வாழி மெய்ச் சுத்த சன்மார்க்கப் பெருநெறி மாண்பு
கொண்டு
வாழி இவ்வையமும் வானமும் மற்றவும் வாழியவே

வாழி வடற் சிற்சபையில் வாழ்ந்த நடராசரருள்
வாழி அவண் பூசிக்கும் மாதவர்கள். வாழிஎன்றும்
வள்ளல் இராமலிங்க மன்னடியார்களெல்லாம்
பிள்ளலிலா இன்பமிசைந்தே

ஜீவகாருண்யம்

வள்ளலாரின் தலையாய கொள்கையே ஜீவகாருண்யம் ஆகும். சாதி மதம் சமயம் முதலிய எல்லாப் பிரிவுகளையும் சாடும் வள்ளலார் எந்தப் பேதமுமில்லாமல் எல்லா மக்களும் சகோதர உரிமையுடன் வாழ வேண்டும் என்கிறார். ஆனால் அவரும் மக்களை அகவினத்தார் என்றும் புறவினத்தார் என்றும் இரண்டாகப் பிரிக்கின்றார். அகவினத்தார் என்போர் மாமிசம் உண்ணாதவர்கள். புறவினத்தார் மாமிசம் உண்போர்.

இரக்கம் என்பது துளியும் இல்லாமல் உயிர்க் கொலைக்குக் காரணமாவதால் மாமிசம் உண்போரைப் புறவினத்தார் என்று கண்டித்ததுடன் அப்படிப்பட்டவர்களுடன் நட்பு கொள்ளக் கூடாது, அவர்களுக்கு நல்ல பண்புகளையும் எடுத்துச் சொல்லக் கூடாது. புலால் உண்ணாதவர்கள் புலால் உண்பவர் வீட்டில் எதைச் சாப்பிட்டாலும் அவர்களும் புலையரே என்கிறார்.

விரதங்களில் தலைசிறந்த விரதம் கொல்லாமை. கொல்லாமையை யார் விரதமாகக் கொள்கின்றார்களோ அவர்களை இறைவன் தள்ளுவதில்லை என்றும் உயிர்க் கொலையும் புலைப்புசிப்பும் உடையவர்களை ஆண்டவன் தழுவுவதில்லை எனவும் பாடுகிறார்.

உள்ளானைக் கதவு திறந்து உள்ளே காண
உளவெனக்கே
உரைத்தானை உணரார் பாட்டைக்
கொள்ளானை என் பாட்டைக் குறிக்கொண்டானை
கொல்லாமை விரதமெனக் கொண்டார் தமைத்
தள்ளானை கொலை புலையைத் தள்ளாதாரைத்
தழுவாதானை யான் புரிந்த தவறு நோக்கி
எள்ளானை இடர் தவிர்த்திங் கென்னை யாண்ட
எம்மானைக் கண்டு களித்திருக்கின்றேனே.

கொல்லாமையை யார் விரதமாகக் கொள் கின்றார்களோ அவர்கள் மட்டுமே இறைவனின் அருளுக்குப் பாத்திரமாவார்கள். இரக்கம் இல்லாமல் மாமிச உணவு உண்பவர்கள் எந்த ஆலயத்திற்குப் போய் எந்த இறைவனை வணங்கினாலும் அருளைச் சிறிதுகூடப் பெற முடியாது.

இது வள்ளலார் கருத்து. அப்படியானால் இதுவரை வந்த மற்ற அருளாளர்கட்கு இந்த

உண்மை தெரியாதா என்று கேட்கலாம். எல்லா அருளாளர்களும் அன்பைத்தான் போதித்தார்கள்.

சைவம் என்றாலே புலால், மாமிசம் தவிர்த்தது தான். சைவ சமயத்தார்க்குரிய ஆகாரம் சைவ ஆகாரம் தான். இதை உணராமல் சைவர்கள் அசைவ உணவாகிய மாமிச உணவை உண்பது அவர்கள் சார்ந்துள்ள சமயத்திற்கு எதிரானது. சைவர்கள் பன்னிரண்டு திருமுறை வகுத்து அவ்வப்போது முற்றோதல் செய்வார்கள். திருமந்திரம் அதில் ஒரு திருமுறை ஆகும். அதில் திருமூலர் மக்களைப் பார்த்து என்ன கேட்கிறார் தெரியுமா?

காட்டிலுள்ள சந்தன மரங்களையெல்லாம் அரைத்துச் சந்தனாபிஷேகம் செய்தாலும் வான் அளவிற்கு மாமலர் இட்டு இறைவனுக்கு அர்ச்சனை செய்தாலும் மாமிசம் உணவாகக் கொண்டால் இறைவனது, திருவடியை எப்படி அடைய முடியும் என்று கேட்கிறார்.

கானுறு கோடி கடிகமழ் சந்தனம்
வானுறு மாமலரிட்டு வணங்கினும்
ஊனினை நீக்கி உண்பவர்க்கல்லது
தேனமர் பூங்கழல் சேர ஒண்ணாதே (திருமந்திரம்)

அறுபத்து மூன்று நாயன்மார்களுள் திருவள்ளுவரும் ஒருவர். அவர் எழுதிய

திருக்குறளில் கொல்லாமை என்று ஓர் அதிகாரமே எழுதியிருக்கிறார்.

உடம்பைப் பெருக்க ஊனினை உண்டால் அருள் எங்கிருந்து வரும் என்று அவர் வினவுகிறார்.

இதையெல்லாம் படித்தும் அறிந்தும் சைவர்கள் மாமிசம் உண்ணலாமா?

ஸ்ரீமன் நாராயணன் மச்சாவதாரம் (மீன்) கூர்மாவதாரம் (ஆமை) வராகவதாரம் (பன்றி) முதலிய அவதாரங்கள் எடுத்தான் என்று வைணவர்கள் அவனைப் போற்றுகின்றார்கள். கண்ணனாக அவன் அவதரித்தபோது மாடு கன்றுகளைப்பாவித்துக் கோபாலன் என்று பெயர் பெற்றான். புரட்டாசி மாதம் ஒரு மாதம் மட்டும் சில வைணவர்கள் மாமிசம் உண்பதில்லை. மற்ற மாதங்களில் உண்ணலாமா? மீனை, பன்றியை, ஆமையைப் பார்க்கும் போதெல்லாம் ஸ்ரீமன் நாராயணனைப் பார்ப்பது போலல்லவா பார்க்க வேண்டும். வைணவர்களும் மாமிசம் உண்ணக் கூடாது.

ஏன் எந்த மனிதனும் மாமிசம் உண்ணக் கூடாது. கொலை பாவம் மாமிசம் உண்பவனைச்சாரும். இரக்கமே மனிதனுக்கு உரியது. ஓர் உயிர் துடிப்பதை, துன்பப்படுவதை உணரும் அறிவு மனித இனத்திற்கு மட்டுமே உண்டு. ஏன் அந்த அறிவை மனிதனுக்கு மட்டும் இறைவன் அளித்தான். அந்த ஆண்டவன்

மனிதனிடம் என்ன எதிர்பார்க்கிறான்? இரக்கம் ஒன்றைத்தான் ஆண்டவன் மனிதனிடம் எதிர்பார்க்கிறான். மனிதன் படைக்கும் தேங்காய், வாழைப்பழம் பொங்கல் பிரசாதம் ஆகியவற்றை ஆண்டவன் எதிர்பார்க்கவில்லை. அவன் எதிர்பார்க்கும் இரக்கத்தை மனிதன் காட்டுவ தில்லை. ஆண்டவனுக்கு விரோதமாக உயிர்க் கொலை செய்து விட்டு ஆண்டவனை வணங்கினால் அருள் கிட்டாது. அதனால் தான் வள்ளற் பெருமான் புலால் உண்பதை வன்மையாகக் கண்டிக்கிறார்.

தயவு ஒன்றினால் மட்டுமே இறைவனது அருளைப் பெற முடியும். வேறு ஒன்றினாலும் அவன் அருளைப் பெற முடியாது என்கிறார். அவருடைய வாழ்வில் நிகழ்ந்த சில சம்பவங்கள் அவரது மனதின் நெகிழ்ச்சியை இரக்கத்தை வெளிப்படுத்தும்.

இராமலிங்கர் சரியாகப் படிக்கவில்லை என்று அவரது தமையனார் கண்டித்து வீட்டிற்கு வர வேண்டாம் என்றார். குழந்தை இராமலிங்கம் (ஐந்து வயது) வீட்டை விட்டு வெளியேறி விட்டார். அவரது அண்ணியார் இரண்டு சொட்டு கண்ணீர் விட்டு அழுது வீட்டில் தங்கி விடக் கூடாதா என்றார். குழந்தை இராமலிங்கம் அண்ணியாரின் கண்ணீருக்கு இரங்கி வீட்டில் தங்கி விட்டார்.

ஆகாரம் அரை என்பது அவரது கொள்கை. பெற்ற தாயாருக்கோ தன் குழந்தை நன்றாக வயிராற நிறையச் சாப்பிட வேண்டும். இராமலிங்கரின் தாயாரும் அப்படித்தான். தன் குழந்தை இராமலிங்கம் நிறையச் சாப்பிட வில்லையே என்று அவரது தாயாரின் மனம் வாட்ட முற்றது. அதைக் காணச் சகியாமல் இராமலிங்கர் நிறைய உண்டாராம்.

பெற்ற தாய் முக வாட்டம் பார்ப்பதற்கஞ்சிப் பேருணவுண்டனன் என்று பாடுகிறார். குறைவாகச் சாப்பிட வேண்டும் என்பது அவருடைய கொள்கை. பிறர் முகம் வாடக் கூடாது என்பது அவரது ஜீவகாருண்யம். எது பெரியது, ஜீவகாருண்யம் தான் பெரியது. கொள்கை ஜீவகாருண்யத்திற்குத் தடையாய் இருக்கக் கூடாது.

இராமலிங்கர் பாடல்களை எழுதிக் கொண்டிருந்தார். அவரது அடியவர்கள் அவரது பாக்களை அச்சிட்டுப் புத்தகமாக்க ஆசைப் பட்டனர். புகழை விரும்பாத வள்ளலார் அச்சிடுவதற்கு அனுமதி தரவே இல்லை. பத்தாண்டு காலம் போராடியும் எந்தவித பலனுமில்லை. முடிவாக இறுக்கம் இரத்ன முதலியார் வள்ளலாருக்கு ஒரு கடிதம் எழுதினார். புத்தகம் அச்சிடுவதற்கு அனுமதிகிட்டும் வரை ஒரு வேளை மட்டுமே சாப்பிடுவேன் என்று அந்தக் கடிதத்தில் எழுதினார். இதைப் படித்த

வள்ளலார் உடனே அனுமதி அளிக்கிறார். அந்த ஜீவன் பட்டினி கிடப்பதா என்று வருந்தினார். அவரது இரக்கம் என்னே! என்னே!

ஜீவன்கள் பசி, பிணி, தாகம், இச்சை, எளிமை, பயம், கொலை ஆகிய ஏழு ஆபத்துக்களினால் துன்பம் அனுபவிப்பதைக் கண்ட போதாகிலும் கேட்ட போதாகிலும் உடனே விரைந்து சென்று அத்துன்பத்தை நீக்குவதே ஜீவகாருண்யம் என்று போதித்தார்.

துறவிகட்கும் மற்றவர்க்கும் இரப்போர்க்கும் இல்வாழ்வான் என்பான் துணை என்றார் திருவள்ளுவர். ஆனால் வள்ளலார் என்ற துறவி இதற்கு மாறாக வடலூரிலே 1867ம் ஆண்டு மே மாதம் 23ம் நாள் தருமச்சாலை ஒன்றைத் தொடங்கினார். தருமச்சாலைக்கு அடிக்கல் நாட்டு விழா நடத்திய அன்றே மற்றொரு பக்கம் திறப்பு விழாவும் நடத்தி அன்னதானத்தை தொடங்கினார். அவர் அன்று மூட்டிய அடுப்பானது இன்று வரை ஏழை மக்களின் பசியாற்றுகின்றது.

இறைவனை அடைய தருமமே வழி என்று உணர்த்தவே தருமச்சாலை என்று பெயரிட்டார்.

ஓர் ஆணைப் பெண்ணாக்கி, அந்தப் பெண்ணை மீண்டும் ஆணாக்கி இறந்த பிணத்திற்கே உயிர் கொடுக்கும் ஆற்றல் பெற்ற சித்தன் ஆனாலும் மனதிலே இரக்கம் இல்லாமல் ஓர் உயிரைக் கொன்று அதன் மாமிசத்தை

உண்ண வேண்டும் என்ற நினைப்பு இருந்தால் அவனை ஞானி எனக்கூறக் கூடாது என்கிறார்.

ஜீவகாருண்யத்தைப் பேசிக்கொண்டிருந்த போது அது எது வரை செல்லும்? இருவர் சாலையில் நடந்து போய்க் கொண்டிருந்தனர். ஒருவர் கால்பட்டு ஒரு மண்ணாங் கட்டி உடைந்து விட்டது. அதனைக் கண்ட மற்றவர் மயங்கி விழுந்து விட்டார். ஏன் மயங்கி விழுந்தீர்கள் என்று கேட்டபோது உங்கள் கால்பட்டு அந்த மண்ணாங்கட்டி உருக்குலைந்து விட்டதே அதை என்னால் தாள முடியவில்லை என்றாராம் மயங்கி விழுந்தவர். ஒரு மண்ணாங்கட்டி உடைந்ததற்கே மயக்கம் வருமானால் ஓர் உயிர் துடிப்பதை எவ்வாறு தாள முடியும்? இதையும் கடந்து ஜீவகாருண்யம் செல்லும் என்றாராம்.

கருணைக்கு வள்ளலார் என்று சாதாரண மக்களும் பாராட்டும் பெருமை பெற்று இரக்கமே வடிவாய் வள்ளலார் இருந்தார். இரக்கம் ஒருவில் (மறைந்தால்) என் உயிரும் ஒருவும் என்றார் வள்ளலார்.

நாம் ஜீவகாருண்யத்தை மேற்கொள்வோம். தயவுடன் வாழ்வோம் எல்லா உயிர்களையும் நேசிப்போம். யார் மனதும் புண்படாதவாறு நடப்போம். நாம் பிற உயிர்கள் மீது கொள்ளும் சிறிய தயவினால் இறைவனது பெருந்தயவாகிய பேரருளைப் பெற முடியும். இறைவன் அருளை

வேறு எந்த வழியாலும் பெற முடியாது. இரக்கம் ஒன்றினால் மட்டுமே பெற முடியும்.

சமயத் தெய்வங்கள்

கைலாயத்தில்சிவபெருமான் இருப்பதாகவும் வைகுந்தத்தில் ஸ்ரீமன் நாராயணன் இருப்பதாகவும் சைவமும் வைணவமும் கூறி வருகின்றன. சைவ சமயம் சார்ந்த அருளாளர்களின் பூத உடல் மண்ணிலே சமாதி வைக்கப்படலாம் அல்லது நெருப்பிலிட்டு தகனம் செய்யப்படலாம். எப்படி யாயினும் அவர்களது ஜீவனானது கைலாயம் அடைந்து சிவபெருமானுடன் ஐக்கியமாகிவிடும் என்கிறார்கள். அதேபோல் வைணவர்கள் அந்தச் சமயம் சார்ந்த அருளாளர்கள் இறந்த பிறகு அவர்களது ஜீவன் வைகுந்தம் சென்று நாராயணனுடன் கலந்துவிடும் என்கின்றார்கள். இதனையே கைலாய பதவி என்றும் வைகுந்த பதவி என்றும் கூறி வைத்தார்கள். ஜீவனானது

(இறந்து போன உடலிலிருந்து பிரிந்த பிறகு) இறைவனுடன் ஐக்கியமாவதையே முக்தி என்றும் கூறினார்கள். சில சாமியார்கள் தங்கள் ஜீவனா னது இறைவனுடன் கலப்பதற்கு உடம்பே தடையாயுள்ளது என்று கருதித் தாங்களே வலியச் சென்று சமாதியில் இறங்கியும் தலையில் தேங்காய் உடைக்கச் செய்தும் உயிரை மாய்த்துக் கொண்டிருக்கின்றார்கள். உடம்பை விட்டுப் பிரிந்த உயிரானது மோட்சத்திற்கோ, சொர்க்கத்திற்கோ, நரகத்திற்கோ போகுமென் பதையும் அல்லது இறைவனுடன் ஐக்கிய மாகிவிடும் என்பதையும் வள்ளற் பெருமானார் ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை.

யாராயிருந்தாலும் இந்தப் பிறப்பிலேயே அதாவது உயிரானது உடம்பை விட்டுப் பிரியாமல் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும்போதே இறைவனை அடைய வேண்டுமேயொழிய இறந்த பிறகு அடையவே முடியாது. மாறாக இந்தத் தேகத்தில் வாழ்ந்த காலத்தில் செய்த நல்வினை தீவினைக்கேற்ப அடுத்த பிறவிதான் எடுக்கும் எனத் திட்டவட்டமாக அறிவிக்கின்றார். இந்த உண்மையறியாமல் வாழ்ந்து மாண்டு கொண்டிருக்கும் நடுத்தர மக்களைத் திருத்திச் சன்மார்க்க சங்கத்தில் அவர்களைச் சேர்த்து இந்தப் பிறவியிலேயே இறைவனை அடைவிக்கச் செய்யவே தான் இறைவனால் அனுப்பப்பட்டு வந்ததாகவும் வள்ளலார் கூறுகின்றார்.

இதுவரை தோன்றிய அருளாளர்கள் பலவித வடிவங்களில் பலப்பல பெயர்களில் தெய்வங்கள் இருப்பதாகக் காட்டினர். இந்த உருவங் களெல்லாம் பெயர்களெல்லாம் ஞானிகளின் கற்பனையே என்று கொஞ்சங்கூட உணராத பாமர மக்கள் இந்தத் தெய்வங்களெல்லாம் உண்மை யிலேயே இருப்பதாகவே எண்ணி உண்மை அன்புடன் வழிபட்டு வருகின்றார்கள்.

தவம் செய்த ஞானிகள் பலப்பல அனுபவங்களை அடைந்தார்கள். அந்த அனுபவங் களையெல்லாம் மக்களுக்கு அறிவிக்க வேண்டும் என்ற தூய நோக்குடன் அவைகளை உருவ கப்படுத்தினர். அருளாளர்கள் பெற்ற அனுபவங் களைப் பல ஞானிகள் பலவிதமாக அறிவித்திருக்கின்றனர். மனித உடம்பில் ஏற்படும் அனுபவங்களைப் புறத்தே காட்டினர்.

வள்ளற் பெருமானார் நம் மீதுள்ள பெருங்கருணையினால் தெய்வத்தின் உண்மையை இதுவரை அறிவிக்கப்படாத உண்மைகளை உலகறியத் தெரிவிக்கின்றார். புறத்தே தெய்வமாகக் காட்டப்பட்ட உருவங்கள் நம் உடம்பின் எந்த பாகத்து அனுபவங்கள் என்று வள்ளலார் தெரிவிக்கின்றார்.

1) மனித தேகத்தில் கோசத்திற்கு இரண்டரை அங்குலத்திற்குமேல் நாற் சதுரமான ஒரு பையுண்டு. அதில் சேரும் இந்திரியமே தாமரை என்று சொல்லப்படும். அதன் மத்தியில்

ஒரு ஆவி பொன் வண்ணமாய் இருக்கும். அதன் அதிர்ஷ்டான தேவதையே பிரமன் என்று சொல்லப்படும்.

புறத்தே பிரம்ம லோகத்தில், விஷ்ணுவின் நாபியிலிருந்து வரும் கொடியின் நுனியில் உள்ள தாமரைப் பூவில் பிரும்மா இருப்பதாக புராணத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. இதன் உண்மையை வள்ளலார் மனித உடம்பின் ஒரு பாகமாக எடுத்துக் காட்டியுள்ளார்.

அடுத்து உந்திக்கு நேராக உட்பாகத்தில் சதுரமாய் ஒரு பையுண்டு. அந்தப் பையின் மேலுள்ள நாடியின் மத்தியில் செம்பினது களிம்பு போன்று பச்சை மேனியாய் ஒரு சக்தியுண்டு. அதை விஷ்ணுவென்று சொல்கிறது. (உரைநடை பக்கம் 364)

இருதயத்தில் மலர்ந்த வாழைப்பூப் போல ஒரு பையுண்டு. அது வெண்மையாயிருக்கும். இதைக் கைலாயம் என்று சொல்கிறது. இந்தப் பையில் அக்கினி மயமாய் ஒரு ஆவியிருக்கும். இதற்குக் காரணாக்கினி என்று பெயர். இவ் வக்கினியைத்தான் கால சந்திர ருத்ர மூர்த்தி என்பது.

இந்த அக்கினிப் பையில் குண்டலி வட்ட நரம்பு ஒன்று உண்டு. இந்த நரம்பின் அடியில் இரண்டு நரம்பு வலத்தில் ஐந்து கவருடையதாயும் இடத்தில் ஆறு தலையுடைய கவராயும் நிற்கின்றன. வலத்தில் உள்ளது கணபதி என்றும்

இடத்திலுள்ளது சுப்ரமண்யர் என்றும் சொல்லுவது (உரைநடை பக்கம் 366)

இருதயத்திற்கு மேல் இரண்டரை அங்குலமான கண்டத்தில் மகேசுவரனும், அதற்குமேல் இரண்டரை அங்குல அண்ணாக்கில் சதாசிவமும், அதற்குமேல் இரண்டரை அங்குல உயரத்தில் புருவமத்தியில் விந்துவும், அதற்கு மேல் இரண்டரை அங்குலத்தில் நாதமும், அதற்கு மேல் இரண்டரை அங்குலத்தில் பரவிந்துவும், அதற்கு மேல் இரண்டரை அங்குலத்தில் பரநாதமும், அதற்கு மேல் இரண்டரை அங்குலத்தில் திக்கிராந்தம், அதிக்கிராந்தம், துவாத சாந்தம் முதலானவைகளும் அதீதத்தில் சுத்த சிவமும் உள. மகேஸ்வர ஸ்தானம் முதல் விந்து ஸ்தானம் வரையிலும் முன்போல் இடம் நாடி தொழில் வண்ணம் முதலியவுமுள்ளன. நாத ஸ்தானம் தொட்டுத் துவாத சாந்தம் வரையில் அனுபவ வெளியாகிய ஆகாச பேதமயமாயிருக்கும். அதற்கு மேல் அதிகாரண மாத்திரமாய் ஆன்மானுபவத்தில் விளங்கும். (உரைநடை பக்கம் 367)

இந்த அனுபவத்தை இவ்வாறு வரிசைப் படுத்தலாம்.

சுத்த சிவம்
துவாத சாந்தம்
அதிக்கிராந்தம் } அதீதம் அனுவத்தில் விளங்கும்

திக்கிராந்தம்
பரநாதம்
பரவிந்து

விந்து	...	புருவமத்தி
சதாசிவன்	...	அண்ணாக்கு
மகேசுவரன்	...	கண்டம்
ருத்ரன்	...	இருதயம்
விஷ்ணு	...	நாபி
பிரம்மா	...	நாபிக்குக் கீழ்

இந்த அனுபவங்கள் மனித உடம்பிலே ஏற்படுகின்றவையே ஆகும். பேருபதேசத்தின் போது வள்ளலார் கூறியதாவது, "இதற்கு மேற்பட நாம் நாமும் முன் பார்த்தும் கேட்டும் லட்சியம் வைத்துக் கொண்டிருந்த வேதம், ஆகமம், புராணம், இதிகாசம் முதலிய கலைகள் எதனிலும் லட்சியம் வைக்க வேண்டாம். ஏனென்றால் அவைகள் ஒன்றிலாவது குழூஉக்குறியன்றித் தெய்வத்தை இன்னபடி என்றும், தெய்வத் தினுடைய உண்மை இன்னதென்றும், கொஞ்சமேனும் புறங்கவியச் சொல்லாமல், மண்ணைப் போட்டு மறைத்து விட்டார்கள். அணுமாத்திர மேனும் தெரிவிக்காமல் பிண்ட லட்சணத்தை அண்டத்தில் காட்டினார்கள். யாதெனில் கைலாசபதி என்றும், வைகுண்டபதி என்றும், சத்திய லோகாதிபதி என்றும் பெயரிட்டு,

இடம், வாகனம், ஆயுதம், வடிவம், ரூபம் முதலியவையும் ஒரு மனுஷ்யனுக்கு அமைப்பது போல் அமைத்து உண்மையாக இருப்பதாகச் சொல்லியிருக்கின்றார்கள். தெய்வத்திற்குக் கை கால் முதலியன இருக்குமா என்று கேட்பவர்க்குப் பதில் சொல்லத் தெரியாது விழிக்கின்றார்கள். இஃது உண்மையாக இருப்பதாகவே முன்னும் பின்னும் உள்ள பெரியவர்களென்று பெயரிட்டுக் கொண்டிருந்தவர்களும் உண்மையை அறியாது அப்படியே கண்ணை மூடிக் கொண்டு உளறியிருக்கின்றார்கள் (உரைநடை பக்கம் 466-467).

மேற்கண்ட வாசகங்களை ஊன்றிக் கவனித்தால் ஒரு பேருண்மை விளங்கும். அதாவது பிரும்மா, விஷ்ணு, ருத்ரன், மகேசுவரன், சதாசிவன் ஆகிய ஐவர்களும் இந்த உடம்பில் ஏற்படும் அனுபவங்களே ஒழிய புறத்தில் ஆகாயத்திலே புராணங்களில் கூறியிருப்பதுபோல் உண்மையில் இருப்பவர்கள் அல்ல என்பது. இதே போல எல்லா இறை வடிவங்களும் அனுபவங்களே. வள்ளலாரும் அருட்பெருஞ்ஜோதியை அனுபவமாகவே கூறுகின்றார்.

> "தனு கரணாதிகள் தாம் கடந்து அறியும் ஓர்
> அனுபவம் ஆகிய அருட்பெருஞ்ஜோதி"
>
> (அகவல்)

சாதனை பற்றி வள்ளலார் :

அனுபவங்களை வேறு முறையிலும் கூறியிருக்கின்றார்கள். அதாவது

ஜாக்கிரத்
சொப்னம்
சுழுத்தி
துரியம்
துரியாதீதம்
} அவஸ்தைகள் ஐந்து

திரயோத சாந்தமாவது யாதெனில்

1. ஜீவ சாக்கிரம்
2. ஜீவ சொப்பனம்
3. ஜீவ சுழுத்தி
4. நிர்மல சாக்கிரம்
5. நிர்மல சொப்னம்
6. நிர்மல சுழுத்தி
7. பர சாக்கிரம்
8. பர சொப்னம்
9. பர சுழுத்தி
10. குரு சாக்கிரம்
11. குரு சொப்பனம்
12. குரு சுழுத்தி
13. குரு துரியம்
14. குரு துரியா தீதம் ஆக 14. இதற்கு மேலுமுள.

சுத்த சிவ சாக்கிரம்
சுத்த சிவ சொப்பனம்
சுத்த சிவ சுழுத்தி
சுத்த சிவ துரியம்
சுத்த சிவ துரியா தீதம். இவை
நேருங்கால் ஜீவ
சாக்கிராதி நீக்கப்படும்

இவ்வளவு அனுபவமும் பூர்வத்திலுள்ள அனுபவிகளால் குறிக்கப்பட்ட நிலைகளில் இல்லை. ஒருவாரு குரு துரிய பரியந்தம் வேதாகமங்களாலும் தத்துவராயர் முதலிய மகான்களனுபவத்தாலும் குறிக்கப்படும். அதற்கு மேற்பட்ட அனுபவம் சுத்த சன்மார்க்கத்தில் சாத்தியம். (உரைநடை பக்கம் 369)

இந்த அனுபவங்கள் அனைத்தும் தவத்தினால் மட்டுமே பெறக் கூடியவையே தவிர வேறு வழிகளால் பெற முடியாது. எனவே **தவம்** சுத்த சன்மார்க்க அனுபவத்திற்கு அவசியம் என்பது மறுக்கக்கூடாத உண்மையே.

மனதை அடக்கி இறைவனை அடைய நான்கு மார்க்கங்களை நம் முன்னோர் காட்டினர்.

சரியை, கிரியை, யோகம், ஞானம் ஆகிய நான்கில் சரியை கிரியை என்ற இரண்டும் புறவழிபாடு, யோகம் ஞானம் ஆகிய இரண்டும் அக வழிபாடு. முடிந்த முடிவு ஞானம்தான்.

சன்மார்க்கம் என்பது ஞானத்தை அனுஷ்டிக்கின்ற கூட்டம் என்று வள்ளலார் கூறுகின்றார். மேலும் சாகாதவனே சன்மார்க்கி என்பதும் அவரது வாக்கு. கிடைத்த இந்த தேகத்தையே நித்திய தேகமாக்கிக் கொண்டு எக்காலத்தும் எதனாலும் தடைபடாத ஒப்பற்ற பேரின்பப் பெருவாழ்வைப் பெற்று வாழ்தலே ஆன்மலாபம் என்றும் திருவருட் பிரகாச வள்ளற் பெருமானார் அறிவித்தார்.

கடந்த கால வரலாற்றின் ஏடுகளைப் புரட்டினால் ஞானம் பெறுவதற்காகக் காட்டிலே சென்று பல ஆயிரம் பேர் கடுந்தவம் மேற்கொண்டு வாழ்ந்திருக்கின்றார்கள். மனைவி, மக்கள், சொத்து, சுகம் அனைத்தயும் துறந்து விட்டுக் கானகம் சென்றிருக்கின்றார்கள். ஏன் துறவு மேற்கொண்டார்கள்? ஏன் கானகம் சென்று கடுந்தவம் புரிந்தார்கள்? இறைவனை அடையவும் மரணத்தை வெல்லவும்தான். அடைந்தார்களா? அடைந்ததாகப் புராணங்கள் கூறுகின்றனவே தவிர சரித்திரம் கூறவில்லையே. புராணங்கள் கூறுகின்றன சரித்திரம் கூறவில்லையே என்பதன் விளக்கம் யாதெனில், புராணம் என்பது வருங்காலச் சந்ததியினருக்கு நீதியைப் போதிப்பதற்காகக் கற்பனையாக எழுதப்பட்ட கதை. சரித்திரம் என்பது உண்மையாகப் பிறந்து வாழ்ந்த மக்களின் வரலாறு. உதாரணமாக மதுரை மீனாட்சியை மணந்த சொக்கநாத பாண்டியன்

திருவிளையாடற் புராணத்திலேதான் இடம் பெற்றிருக்கின்றாரே தவிர தமிழ் நாட்டுப் பாண்டிய மன்னர்களின் வரலாற்றிலே இடம் பெறவில்லை. திருவிளையாடற் புராணம் ஒரு கட்டுக் கதையே தவிர உண்மை வரலாறல்ல. மனதிலே எள்ளளவுகூடச் சந்தேகம் இல்லாமல் புராணங்கட்கும் வரலாற்றுக்கும் உள்ள வேற்றுமைகளைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். வரலாற்றில் வந்தால் தான் உண்மை. புராணங்களில் வருவதெல்லாம் ஞானிகளின் கற்பனையே.

சித்தியின் கொடுமை தாங்காது கானகம் சென்று கடுந்தவம் புரிந்து நாராயணனிடம் வரம் பெற்ற துருவன் என்ற அரச குமாரன் வட திசையில் துருவ நட்சத்திரமாக விளங்குகின்றான் என்பதும் வசிஷ்டர் முதலான சப்த ரிஷிகள் அவனைத் தினமும் சுற்றி வலம் வருகின்றார்கள் என்பதும் கற்பனை.

விசுவாமித்திரர் என்ற முனிவர் தன்னுடைய தவ வலிமையால் திரிசங்கு என்ற மன்னனை தேவேந்திரன் ஆட்சிக்குட்பட்ட தேவலோகத்திற்கு உடலோடு அனுப்பினார் என்பதும், மானிடர் தேவலோகத்திற்கு வருவதா என்று சினங் கொண்ட தேவேந்திரன் திரிசங்குவைக் கீழே தள்ளி விட்டதாகவும், திரிசங்குவின் கூக்குரலைக் கேட்ட விசுவாமித்திரர் தேவேந்திரன் மீது சினங் கொண்டு, அந்தத் திரிசங்கு மன்னனை அப்படியே

அந்தரத்தில் நிறுத்தி அங்கேயே அந்த மன்னனுக்காகப் புதியதொரு சுவர்க்கத்தையே நிர்மாணித்ததாயும் இதுவே திரிசங்கு சொர்க்கம் என அழைக்கப்படும் தென் திசை நட்சத்திரம் என்றும் கூறுவது புராணம் - கற்பனை - இவை வரலாறல்ல.

இந்தக் கதைகள் அனைத்தும் வெறும் கற்பனைதானே என்று வெறுத்து ஒதுக்கி விடலாமா என்றால் அங்கேதான் வள்ளலாரின் தனித்தன்மை பிரகாசிக்கின்றது. **வேதங்கள், ஆகமங்கள், புராணங்கள், இதிகாசங்கள் முதலாக உள்ள கலைகள் அத்தனையும் உண்மையை வெளிப்படையாக எளிதில் புரிந்து கொள்ள முடியாதவாறு சூதாக எழுதப் பட்டவைதான் என்று கூறும் வள்ளலார், அவற்றை அப்படியே விட்டு விடாதீர்கள் அதன் உண்மையை அறிந்து கொள்ளுங்கள் என்றும் நெறிப்படுத்துகின்றார்.**

துருவ நட்சத்திரத் திரிசங்கு சுவர்க்க உண்மை:

வடக்கே ஒரு நட்சத்திரம் எப்போதும் அங்கேயே இருக்கும். அதற்குத் துருவ நட்சத்திரம் என்று பெயர். அதைச் சுற்றி ஏழு நட்சத்திரங்கள் தினம் வலம் வந்து கொண்டிருக்கின்றன. அதேபோல் எப்போதும் தென்

திசையில் நான்கு நட்சத்திரங்கள் டைமன் வடிவத்தில் எப்போதும் இருக்கும். இவை தான் திரிசங்கு சொர்க்கம், இந்த நட்சத்திரங்கள் இருப்பது உண்மை. ஆனால் அவற்றைப் பற்றி எழுதப்பட்ட கதை மட்டுமே கற்பனை - பொய்.

ஆன்மீகத் துறையில் எதைப் படித்தாலும் அந்த வார்த்தைகளையோ, சொற்களையோ அப்படியே எடுத்துக் கொள்ளாமல் யார் சொன்னது - யாரிடம் சொன்னது - ஏன் சொல்லப்பட்டது - எந்தச் சந்தர்ப்பத்தில் சொல்லப்பட்டது - என்பதை ஆய்வு செய்தே முடிவு செய்ய வேண்டும்.

ஒரு பையன் காய்கறி வாங்கி வரக் கடைக்குப் போனான். காசில்லாமல் கடைக்குப் போகாதே என்று அவனுடைய தாய் கூறினாள். பையன் கடைக்கே போகாமல் நின்று விட்டான். பையனைப் பார்த்து ஏண்டா கடைக்குப் போகவில்லையா என்று தகப்பனார் கேட்டார். கடைக்குப் போகாதே என்று அம்மா சொன்னாளே காதில் விழவில்லையா என்று பையன் பதில் சொன்னான்.

காசில்லாமல் கடைக்குப் போகாதே என்றால் காசு எடுத்துக் கொண்டு கடைக்குப் போ என்பது தானே பொருள்? கடைக்குப் போகாதே என்ற சொல்லை மட்டும் எடுத்துக் கொண்டு கடைக்குப் போக மாட்டேன் என்பது சரியா?

அதுபோல ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம் என்ற தனது உரைநடையில் முதற் பகுதியில் வள்ளலார் கூறுவது இதுதான்.

ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கத்தை உடையவர்களாகி அருந்தல், பொருந்தல் முதலிய பிரபஞ்ச போகங்களை அனுபவிக்கின்ற சமுசாரிகள் எல்லாம் சர்வ சக்தியுடைய கடவுளருளுக்கு முழுதும் பாத்திரம் ஆவார்கள். ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கமில்லாமல் ஞானம், யோகம், தவம், விரதம், ஜெபம், தியானம் முதலியவைகளைச் செய்கின்றவர்கள் கடவுளருளுக்குச் சிறிதும் பாத்திரம் ஆகார்கள். அவர்களை ஆன்ம விளக்கம் உள்ளவர்களாகவும் நினைக்கப்படாது.ஜீவகாருண்யமில்லாது செய்யப்படுகின்ற செய்கைகள் எல்லாம் பிரயோஜனம் இல்லாத மாயாஜாலச் செய்கைகளேயாகுமென்று அறிய வேண்டும். (உரைநடை பக்கம் 127)

ஜீவகாருண்யத்தையுடைய சமுசாரிகட்கே அருள் கிட்டும் என்றால் ஜீவகாருண்யமுடைய ஞானிகட்கும், தவம் செய்வோர்க்கும் அருள் கிட்டாமலா போய் விடும். ஜீவகாருண்ய ஒழுக்கம் உடையவர்கள் மட்டுமே தியானம் தவம் முதலியவை செய்யலாம் என்பதும் ஜீவகாருண்யம் இல்லாமல் தியானம் தவம் செய்வோர் மக்களை மயக்கவே அவ்வாறு செய்கிறார்கள் என்பதும் வள்ளலார் கருத்து. இதுவே உண்மை.

ஜீவகாருண்யத்துடன் தியானம் தவம் வேண்டும் என்பதே வள்ளற் பெருமானார் தரும் முடிவு. மேலும் வள்ளலார் கூறியுள்ளது.

ஜீவகாருண்யத்தால் பிரமன் ஆயுசும், பாச வைராக்கியத்தால் விட்டுணுவினுடைய ஆயுசும், ஈசுர பக்தியால் ருத்திரனுடைய ஆயுசும் பிரம ஞானத்தால் என்றும் அழியாத சுவர்ண தேகம் முதலியவையும் பெற்றுக் கடவுள் மயமாகலாம் (உரைநடை பக்கம் 417)

பிரம ஞானத்தால் மட்டுமே என்றும் அழியாத சுவர்ண தேகம் முதலியவற்றைப் பெற்றுக் கொள்ளலாம் என்ற வாசகத்தின்படி தவம் தவிர்க்க முடியாத ஒன்றாகின்றது.

மண்பாண்டம் சுட வைத்தால் தான் நீடித்து உழைக்கும். குயவன் களி மண்ணால் பாத்திரம் செய்கின்றான். அது அப்படியே இருந்தால் பயன்படாது. சுட வேண்டும். அதுபோல் இந்த மண் உடம்பையும் சுட வேண்டும். எப்படிச் சுடுவது? தவத்தால் உண்டாகும் வெப்பத்தினால் சுட வேண்டும். இங்கே வள்ளற் பெருமானார் போற்றிய திருக்குறளை ஒரே ஒரு சான்றாக எடுத்துக் கொள்ளலாமா?

சுடச் சுட ஒளிரும் பொன் போல் தவம்
சுடச் சுட நோக்கிற் பவர்க்கு. (குறள்)

தவம் செய்தால் உஷ்ணம் உண்டாகும் என்பதற்கு என்ன ஆதாரம்?

"நமது ஆன்மாவைத் தெரியவொட்டாமல் மூடியிருக்கின்ற பச்சைத் திரையாகிய ராகாதிகளை விசார அதி உஷ்ணத்தாலல்லாது மற்ற உஷ்ணங்களால் நீக்க முடியாது. அந்த உஷ்ணம் யோகியினுடைய அனுபவத்தில் தெரியும். அதை மனுஷ்ய தரத்தில் உண்டு பண்ணுவதற்குத் தெரியாது. அந்த விசாரத்தை விட ஆண்டவரை ஸ்தோத்திரம் செய்கின்றதிலும் தெய்வத்தை நினைக்கின்றதிலும் அதிக உஷ்ணம் உண்டாகும். யோகிகள் வனம் மலை முழை முதலியவற்றிற்குப் போய் நூறு, ஆயிரம் **முதலிய வருஷ காலம் தவஞ்செய்து, இவ் உஷ்ணத்தை உண்டு பண்ணிக் கொள்கின்றார்கள்**. இப்படித் தவஞ்செய்து உஷ்ணத்தை உண்டு பண்ணிக் கொள்ளுகிறதைப் பார்க்கிலும் தெய்வத்தை ஸ்தோத்திரம் செய்கின்றதிலும், நினைக்கின்ற திலும் இதைவிடக் கோடிப் பங்கு, பத்து கோடிப் பங்கு அதிகமாக உஷ்ணம் உண்டு பண்ணிக் கொள்ளலாம்" (உரைநடை பக்கம் 464)

தவம் செய்ய வேண்டுமா - தோத்திரமே போதுமே என்று கருதலாம். தவம் வேண்டாம் என்றால் அவரே செய்திருக்க மாட்டாரே.

எல்லாவற்றையும் விடச் சரியை, கிரியை ஆகிய இரண்டினால் வரும் முடிவான பலன் மனம் சுத்தமாகும் என்றும், யோகத்தினால் பாசம் அறும் என்றும், ஞானத்தினால் வரவு போக்கற்ற

நிலை,அதாவது பிறப்பு, இறப்பு அற்ற நிலை கூடும் என்றும் நம் பெருமானார் தெரிவிக்கின்றார். ஆதாரம்.

பதி பூசை முதலிய நற்கிரியையால் மனம் எனும் பசு
கரணம் ஈங்கு அசுத்த பாவனையறச் சுத்த பாவனையில் நிற்கும் மெய்ப்பதியோக நிலைமையதனால்
மதி பாசமற்று அதில் அடங்கிடும் அடங்கவே
மலைவின் மெய்ஞ்ஞான மயமாய் வரவு போக்கற்ற நிலை கூடும் என எனதுளே வந்துணர்வு தந்த குருவே
துதி வாய்மை பெறு சாந்த பதம் மேவும் மதியமே
துரிசறு சுயஞ்ஜோதியேதோகை வாகன மீதிலங்க வரு தோன்றலே சொல்லரிய நல்ல துணையே
ததி பெறும் சென்னையில் கந்த கோட்டத்துள் வளர்
தலமோங்கு கந்தவேளே தண்முகத் துய்யமணி உண்முகச் சைவமணி சண்முகத் தெய்வமணியே
(தெய்வமணி மாலை)

பிறப்பு, இறப்பு அற்ற நிலை கைகூட வேண்டும் எனில் ஞானநெறிக்கு நாம் செல்ல வேண்டும்.

என்ன செய்ய வேண்டும்? எப்படிச் செய்ய வேண்டும் என்று ஒன்றும் அறியாமல் தான் இருந்ததாகவும் இறைவனே அவர் அருகில் வந்து அவரை எழுப்பி யோகம் ஞானம் முதலியன புரியாமல் ஏன் நலிந்து போகிறாய். எழுந்து

உடனே புரிவாயாக அருளமுதம் உண்டு இன்புறுவாயாக என்று அறிவுறுத்தியதாகவும் வள்ளலார் கூறுகின்றார். (ஆதாரம்)

வாட்டமொடு சிறியனேன் செய்வகையை அறியாது
 மனமிக மயங்கி ஒரு நாள் மண்ணில் கிடந்து
 அருளை உன்னி உலகியலை மறந்து
 துயில்கின்றபோது
நாட்டமுறு வைகறையில் என்னருகணைந்து என்னை
 நன்றுற எழுப்பி மகனே நல்யோக ஞானம் எனினும்
 புரிதலின்றி நீ நலிதல் அழகோ எழுந்தே
ஈட்டுக நின் எண்ணம் பலிக்க அருளமுதம் உண்டு
 இன்புறுக என்ற குருவே என் ஆசையே என்றன்
 அன்பேநிறைந்த பேரின்பமே என் செல்வமே.
வேட்டவை அளிக்கின்ற நிதியமே சாகாத
 வித்தையில் விளைந்த சுகமே மெய்ஞ்ஞான
 நிலை நின்ற விஞ்ஞான கலருளே மேவு
 நடராச பதியே (3674)

(நடராச பதிமாலை)

யோக ஞானம் செய்ய வேண்டும் என்று அறிவுறுத்திய இறைவனே! அதைத் தான் விளங்கிக் கொள்ளுமாறு இன்று இரவே வந்து தனக்குத் தெரிவிக்க வேண்டும் என்று வள்ளலார் வேண்டினார். (ஆதாரம்)

ஆண்டவன் நீயாகில் உனக்கு அடியனும் நானாகில்
 அருளுடையாய் இன்றிரவில் அருளிறையாய் வந்து

நீண்டவனே முதலியரும் தீண்டரிதாம் பொருளின்
நிலைகாட்டி அடிமுடியின் நெறி முழுதுங்காட்டி
வீண்டவனே காலையில் நீ விழித்தவுடன் எழுந்து
விதி முடித்துப் புரிதி இது விளங்கு மெனப் புகல்வாய்
தாண்டவனே அருட்பொதுவில் தனி முதலே கருணைத்
தடங் கடலே நெடுந்தகையே சங்கரனே சிவனே
(2801)

அவர் வேண்டியவாறு இறைவன் பாதி இரவில் எழுந்தருளி அவருக்கு அருட்ஜோதி அளித்தான் (ஆதாரம்)

பாதி இரவில் எழுந்தருளிப் பாவியேனை எழுப்பி அருட்
ஜோதி அளித்து என் உள்ளகத்தே சூழ்ந்து கலந்து
துலங்குகின்றாய்
நீதி நடஞ்செய் பேரின்பநிதி நான் பெற்ற நெடும்பேற்றை
ஓதி முடியாது என் போல் இவ்வுலகம் பெறுதல்
வேண்டுவனே.

<u>இதுவரை கூறி வந்த செய்திகளின் தொகுப்பு இதுதான்</u>:

i) **புராணங்கள் கற்பனையாக ஞானிகளால் எழுதப்பட்டவை. அவற்றில் வரும் நிகழ்ச்சிகளோ, சம்பவங்களோ உண்மையில் நடந்தவை அல்ல. மக்களுக்குச் சொல்ல வேண்டிய**

உண்மைகளையும், நீதிகளையும் ஆதாரமாக வைத்தே புராணங்கள் எழுதப்பட்டுள்ளன.

ii) இந்த நிலவுலகில் கடைசியாக வந்த திருவருட்பிரகாச வள்ளற் பெருமானார் கருணையே வடிவமாக விளங்கியவர். தவத்தையும் மேற்கொண்டுதான் தனது தேகத்தை என்றும் அழியாத தேகமாக மாற்றிக் கொண்டார். தவம் அவசியமே.

iii) ஜீவகாருண்யமும் நல்ல ஒழுக்கங் களையும் உடைய சமுசாரிகள் மட்டுமே தவம் செய்வதற்குத் தகுதியானவர்கள்.

iv) மண்ணால் செய்த பாண்டம் சுட வைத்தால் மட்டுமே நிற்கும். அதுபோல் இந்த தேகத்தையும் தவ அக்னியால் சுட வேண்டும். தவத்தால் மட்டுமே அழியாத தேகம் பெற முடியும். எனவே தவம் அவசியம்.

v) தவம் செய்வது எப்படி என ஒவ்வொரு மனிதனும் அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

சாதனை

வள்ளலார் நம்மைப் போல ஒரு தாய்க்கும் தந்தைக்கும் ஐந்தாவது மகனாகப் பிறந்தவர்தான். ஆனால் அவர் நிகழ்த்திய அற்புதங்கள் நிறைய உண்டு. பத்து பேருக்கு மட்டுமே இருந்த உணவை நூறு பேருக்குப் பரிமாறி இருக்கிறார். திருநீறு அளித்துப் பாலு ரெட்டியாரின் குஷ்ட நோயையும், தேவநாத பிள்ளையின் மகனான ஐயாசாமிப் பிள்ளையின் டைபாய்டு சுரத்தையும் இன்னும் பலருடைய நோய்களையும் தீர்த்து வைத்திருக்கிறார்.

பண்ருட்டியில் அவரது அன்பரின் வீடு எரிந்து கொண்டிருந்தது. வடலூரிலிருந்த வள்ளலார் தன் மேல்துண்டை எடுத்து அசைக்க பண்ருட்டியில் எரிந்து கொண்டிருந்த தீ அணைந்து விட்டது.

கருங்குழியில் இரவு முழுதும் தண்ணீர் விட்டே விளக்கை எரித்திருக்கிறார்.

மழையே இல்லாத கிராமத்தில் அவர் தலை மீது ஒரு செம்பு தண்ணீர் விட மழை பெய்ய வைத்திருக்கிறார்.

சிதம்பரத்தில் நடைபெற்ற திருவாதிரை நடராஜ நடனத்தை வடலூர் தருமச் சாலையில் ஒரு திரையிட்டு அதில் காட்டியிருக்கிறார்.

இப்படிப்பட்ட பல்வேறு அற்புதங்களை இயற்றும் ஆற்றலை அவர் எவ்வாறு பெற்றார்? அவரே ஒரு பாட்டில் கூறுகின்றார்.

காட்டையெலாங் கடந்து விட்டேன் நாட்டை
யடைந்து உன் கடிநகர்ப் பொன்
மதிற்காட்சி கண்குளிரக் கண்டேன்
கோட்டையெலாங் கொடி நாட்டிக் கோலமிடப்
பார்த்தேன் கோயிலின் மேல் வாயிலிலே
குறைகளெலாம் தவிர்த்தேன்
சேட்டையற்றுக் கருவியெலாம் என்வசம்
நின்றிடவே சித்தியெலாம் பெற்றேன் நான்
திருச்சிற்றம்பலமேல்
பாட்டையெலாம் பாடுகின்றேன் இது தருணம்
பதியே பலந்தரும் என்உளந்தனிலே
கலந்து நிறைந்தருளே

சும்மா இருத்தல்:

மனம், வாக்கு, காயம் என்ற மூன்றினையும் திரிகரணம் என்பார்கள். எந்த வேலையும்

செய்யாமல் உடம்பைச் சும்மா வைத்திருக்க முடியும். அதேபோல் எந்த வார்த்தையும் பேசாமல் வாயையும் சும்மா வைத்திருக்க முடியும். ஆனால் எந்த நேரத்திலும் எதையாவது நினைத்துக் கொண்டே இருக்கும் மனதைச் சும்மா வைத்திருக்க யாராலும் இயலாது.

நமது தெய்வத் தந்தையார் பாடிய இந்தத் திருஅருட்பாவைச் சற்று கவனிப்போம்.

இன்று வருமோ நாளைக்கே வருமோ அல்லது மற்
றென்று வருமோ அறியேன் எங்கோவே துன்று மல
வெம்மாயை யற்று வெளிக்குள் வெளி கடந்து
சும்மா இருக்கும் சுகம்.

இந்தப் பாடலின் பொருள் என்ன?

மனித உடம்பில் மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகிய ஐந்தும் இந்திரியங்கள் ஆகும். தொடும் உணர்வு, சுவை உணர்வு, பார்வை, வாசனை, கேள்வி ஆகிய ஐந்து உணர்வுகள் இவை மூலம் நமக்கு எப்போதும் கிடைத்துக் கொண்டே இருக்கின்றன. இவை புறத்தில் செயல்பட்டு வருகின்றன. அகத்திலே மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் என்கின்ற அந்தக் கரணங்கள் இயங்குகின்றன. அவை மூலம் சிந்தித்தல், விசாரித்தல் நிச்சயித்தல், செயல்படுதல் ஆகிய செயல்பாடுகள் நிகழ்த்

தப்படுகின்றன. தவம் செய்ய முயற்சிப்பவர்கள் முதலில் இந்திரியங்களின் செயல்பாடுகளை நிறுத்த வேண்டும். இந்திரியங்களின் செயல் பாடுகள் நின்று விட்டாலும் கரணங்களின் செயல்பாடுகள் நிகழ்ந்து கொண்டுதான் இருக்கும். அடுத்த முயற்சியாகக் கரணங்களின் செயல்பாடுகளையும் நிறுத்த முயற்சிக்க வேண்டும். இந்திரியங்கள் கரணங்கள் ஆகிய அனைத்தின் செயல்பாடுகளும் நின்று விட்டால் அதுவே சும்மா இருப்பது. இந்திரியங்களின் செயல்பாடற்ற நிலை ஒரு வெளி - கரணங்களின் செயல்பாடற்ற நிலை ஒரு வெளி. இந்திரிய வெளி கடந்து உள்ளிருக்கும் கரணவெளியைக் கடப்பதைத்தான் வெளிக்குள் வெளிகடந்து என்றும் அந்த நிலையில் தோன்றும் சும்மா இருக்கும் சுகம் இன்று வருமோ நாளைக்கே வருமோ அல்லது மற்றென்று வருமோ என்றும் ஏங்கினார்.

சும்மா இருக்கும் சுகத்தை அடையவே எல்லா ஞானிகளும் அரும்பாடுபட்டனர். எந்த வழியில் சென்றால் அந்தச் சுகம் எளிதில் கிடைக்கும் என்று பலவேறு முறைகளில் சிந்தித்தார்கள். அதன் பயனாகவே பலவேறு சாதனைகள் தோன்றின.

சாதனா சகாயம்:

ஞானிகள் மனித உடம்பிலே மூலாதாரம், சுவாதிஷ்டானம், மணிபூரகம், அநாகதம், விசுத்தி,

ஆக்ஞா என்று ஆறு ஆதாரங்கள் இருப்பதாகக் கண்டார்கள். பிரமச்சரிய விரதம் கைக்கொண்டு சுக்கிலத்தை வீணாக்காமல் சேமித்து மூச்சுப் பயிற்சியினால், மூலாதாரத்தில் மூண்டெழும் கனலை எழுப்பி ஒவ்வொரு ஆதாரமாகக் கடத்தி முடிவாக ஆக்ஞா எனும் புருவமத்திக்கு அந்தக் கனலைக் கொணர்ந்து அங்கே உள்ள கதவைத் திறந்து மேல் அனுபவத்தைப் பெற வேண்டும். இதற்காக ஒரு குருவானவர் எவ்வாறு உட்கார்ந்து எவ்வாறு பயிற்சி செய்ய வேண்டும் என்று உபதேசம் செய்வார். அந்தக் காலத்தில் மக்கள் கட்டுப்பாட்டுடனும் ஒழுக்கத்துடனும் குருபக்தி நிறைய உடையவராயும் இருந்தனர். இந்தப் பயிற்சி ஒருவாறு அக்காலத்திற்கேற்ப இருந்தது. தற்காலத்தில் நாகரீகம் என்ற பெயரால் வீட்டிற்கு வீடு தொலைக் காட்சிப் பெட்டி (T.V.) போன்றவை வந்துவிட்ட நிலையில் கட்டுப்பாடு ஒழுக்கம் முதலியன அடியோடு குறைந்து விட்டன. எனவே அம்முறை தற்காலத்திற்கு ஒவ்வாத ஒன்றாக ஆகிவிட்டது.

திருவருட்பிரகாச வள்ளற் பெருமானார் தற்காலச் சூழ்நிலையை நன்கு அறிந்தவராதலால் பயிற்சி முறையை மாற்றி நமக்கு ஏற்ப அமைக்கிறார். ஆக்ஞா என்கிற புருவ மத்தியில் உள்ள கதவைத் திறந்து கொள்ளக் கனல் தேவை தான். பிரம்மச்சரியம், ஒழுக்கம், குரு பக்தி முதலியவை அற்றுப் போன காலமாக

இக்காலம் விளங்குவதால் நமது மூலாதாரத்தில் மூண்டெழு கனலை நாமே மேலேற்றிக் கொள்வது சாத்யமில்லை. எனவே ஆக்ஞா பீடத்தின் கதவைத் திறந்து கொள்ளத் தேவையான வெப்பத்தை வேறொருவரிடமிருந்து பெற்றுக் கொள் என்கிறார் வள்ளலார். தக்க ஆசாரியனைக் கொண்டு நெற்றிக் கண்ணைத் திறந்து கொள்ள வேண்டும் என்று வள்ளலார் போதித்ததின் நோக்கம் இதுவே. பழைய காலத்து முறைப்படி பயிற்சி செய்தால் மூலாதாரத்தின் கனலை ஒவ்வோர் ஆதாரமாக மேலேற்றி ஆக்ஞாவிற்குக் கொண்டுவர அநேக ஆண்டுகள் பிடிக்கும். அவ்வளவு உழைப்பையும் எளிதாக்கித் தக்க ஆசாரியனைக் கொண்டு உடனே திறந்து கொள்ளுங்கள் என்கிறார். சன்மார்க்கத்தில் ஒரு சிலர் சிலரை ஆசாரியராகக் கொண்டு சாதகம் செய்து வருகின்றார்கள்.

<u>கரிசாலை அரியது</u>:

குருவின் உபதேசம் பெற்று பிரணாயாமப் பயிற்சியை அந்தக் காலத்தில் முறையாகச் செய்து வந்தார்கள். இதனுடைய பலன் யாதெனில் நாடி, சுத்தி அதாவது இரத்தம் சுத்தமாகும். இந்தக் காலமோ பிராணாயாமம் செய்யப் போதிய நேரம் ஒதுக்க முடியாத அவசரக் காலமாக உள்ளது. பிராணாயாமத்தின் அவசியத்தையும் மக்களின் தற்போதைய நிலையையும் நன்கு

உணர்ந்த வள்ளற் பெருந்தகை கரிசாலையைச் சாப்பிடுங்கள் என்கிறார். அலட்சியம் செய்யாமல் கரிசாலையைத் தினே தினே பச்சையாகவாவது அல்லது சமையல் செய்தாவது சாப்பிட வேண்டும். அப்படிச் சாப்பிட்டால் இரத்தம் சுத்தமாவதுடன் அசக்தமும் நீங்கும் என்கிறார். மேலும் பிரதம உள்ளுடம்பை நீடிக்கச் செய்யுமாம். உணவு ஜீரணிப்பதற்கு முக்கிய உறுப்பாகிய கல்லீரலைப் பாதுகாத்து நோயற்ற வாழ்வைத் தரும். மகான்களிடத்தில் சென்று அனேக காலம் காத்திருந்தாலும் இதன் மகிமையை வெளியிட மாட்டார்கள் என்றும் சுட்டிக் காட்டி எவ்விதத்தாலாவது கரிசாலையைத் தினே தினே சாப்பிட வேண்டும் என்று போதிக்கின்றார்.

தவம்

அதிகாலை 4.30 மணி முதல் 6 மணி வரை அமுதக் காற்று பூமியில் வியாபகமாக இருப்பதால் ஒவ்வொருவரும் அவசியம் காலை 4.30 மணிக்கே எழுந்து விட வேண்டும்.

எழுந்தவுடன் காலைக் கடனை முடித்துக் கொண்டு நம் பெருமானார் கூறியுள்ளபடி பல் தேய்த்து முடிக்க வேண்டும்.

பின்னர் தனி இடம் ஒன்றில் சுகாசனம் இட்டுச் செவ்வையாக உட்கார்ந்து கொள்ள வேண்டும். பின்னர் "அங்" என்று மௌனமாகக் கூற வேண்டும். அப்படிச் சொல்லும்போது நாக்கு எந்த நிலையில் நின்றதோ அவ்வாறே அசையாமல் நாவை நிறுத்தி வாயை மட்டும் அழுத்தமாக இராது சாதாரணமாக உதடுடன் உதடு சேரும்படி மூடிக் கொள்ள வேண்டும். பின்னர் இரு கண்களும் புருவ மத்தியை நோக்கும்படிச் செய்து கண்களின் கரிய மணிகள் எந்த நிலையில் உள்ளனவோ அவற்றை அதே நிலையில் நிறுத்தி இமைகளை மூட வேண்டும்.

பின்னர் புருவமத்தியில் ஆசானால் தோற்று விக்கப்பட்ட உணர்வை மட்டும் நன்றாகக் கூர்ந்து கவனிக்க வேண்டும்.

இந்த நேரத்தில் எந்த மந்திரத்தையும் ஜெபிக்க வேண்டியதில்லை. ஏனெனில் மனம் செயல்பட்டால் இறை அனுபவம் ஏற்படாது. அந்த உணர்வை மட்டும் கவனித்துக் கொண்டே இருந்தால் நாளடைவில் உணர்வு பலப்படும்.

<u>நாதம்</u>:

நாதம் ஒலிக்கத் துவங்கும். நாத ஒலி கேட்டால் இறை அனுபவம் ஏற்படப் போகின்றது என்று உணரலாம். இறைவன் வருகின்றான் என்று அந்த நாதம் உணர்த்துகின்றதாம். ஆதாரம்.

மன்னர் நாதர் அம்பலவர் வந்தார் வந்தார்
என்று திருச்சின்ன நாதம் என்னிரண்டு
செவிகளினுள் சொல்லுகின்றதே"

அரசு வருகின்ற தென்றே அறைகின்றேன் நீ தான்
ஐயமுறேல் உற்றுக்கேள் அசையாது தோழி
முரசு சங்கு வீணை முதல் நாத ஒலி மிகவும்
முழங்குவது திருமேனி வழங்கு தெய்வ
மணந்தான்
விரச எங்கும் வீசுவது நாசி உயிர்த்தறிக
வீதியெலாம் அருட்ஜோதி விளங்குவது காண்க
பரசி எதிர் கொள்ளுதும் நாம் கற்பூர விளக்குப்

பரிந்தெடுத் தென்னுடன் வருக தெரிந்தடுத்து
மகிழ்ந்தே (5764)

வடலூர் வள்ளற் பெருமானார் தனது 12வது வயதில் ஞான வாழ்வைத் தொடங்கினார். 1867ல் தருமச்சாலை தொடங்கிய பிறகு, அவரது தவம் அந்தச் சாலையிலே நிறைவுற்றதாக அறிவிக் கின்றார். எல்லா ஒழுக்கங்களும் பூரணமாகக் கைவரப் பெற்றவர் நம் பெருமானார். பிறந்த போதே ஞான அறிவுடன் பிறந்தவர். உணவோ, உடையோ, பொன்னோ, பொருளோ எதன் மீதும் பற்றில்லாமல் இருந்து தவம் செய்ததனால் 32 ஆண்டுகளில் சுத்த தேகம் பெற்று விட்டார். ஆதாரம் :

காலையிலே என்றனக்கே கிடைத்த பெரும் பொருளே
களிப்பே என் கருத்தகத்தே கனிந்த நறுங்கனியே
மேலையிலே இம்மையிலே ஒருமையிலே தவத்தால்
மேவுகின்ற பெரும் பயனாம் விளைவையெலாம் தருமச்
சாலையிலே ஒரு பகலில் தந்ததனிப்பதியே சமரச
சன்மார்க்கச் சங்கத் தலையமர்ந்த நிதியே
மாலையிலே சிறந்த மொழி மாலையணிந்தாடும்
மாநடத்தரசே என் மாலையும் அணிந்து மகிழ்ந்தருளே.

நாத ஒலி கேட்க ஆரம்பித்த பின் உணர்வுடன் நாதத்தையும் உற்றுக் கேட்க

வேண்டும். அவ்வாறு கேட்டுக் கொண்டிருந்தால் அந்த நாதமானது முரசு, சங்கு, வீணை முதலாக ஒலிக்கும். அதே நேரத்தில் இந்தத் தூயதேகத்திலிருந்து மலர் மணம் வீசும் என்கின்றார் நம் பெருமானார். (ஆதாரம்)

அம்பலத்தே திருநடஞ்செய் அடிமலர் என் முடிமேல்
அணிந்து கொண்டேன் அன்பொடும் என்
ஆருயிர்க்கும் அணிந்தேன்
எம்பரத்தே மணக்கும் அந்த மலர் மணத்தை தோழி
என் உரைப்பேன் உரைக்க வென்றால் என்
அளவன்றதுவே
வம்பிசைத்தே னன்றடி நீ என்னருகே இருந்துன்
மணி நாசி அடைப்பதனைத் திறந்து
முகர்ந்தறிகாண்
நம்புறு பார் முதல் நாத வரையுள நாட்டவரும் நன்கு
முகர்ந்தனர் வியந்தார் நன்மணம் ஈதெனவே

மலர் மணத்திற்குப் பின்னர் பெருஞ்ஜோதி தோற்றமாகும்.

அகத்தே அந்தக் காட்சியைக் கண்டு களிக்கும் வேளையில் மதி மண்டலத்தமுதம் நாவின் வழியாக இறங்கும். அந்த அமுதம் உண்டவர்கள் மரணமடைவதில்லை.

ஒக்க அமுதத்தை உண்டோம் இனிச் சற்றும்
விக்கல் வராது கண்டாய் என்று பாடுவார்.

இதனுடன் சிற்சபை அனுபவம் நிறைவுறுகின்றது. பேரொளியின் நடுவே பொன்னொளி தோன்றும். இப்பொன்னொளியே பொற்சபை ஆகும்.

இப்பொன்னொளியின் நடுவே செவ்வொளி தோன்றும். இதுவே இறைவன் இதன் அசைவே நடராச நடனம். இந்த ஒளி உடம்பில் கலப்பதே இறைவனுடன் கலத்தல் ஆகும். இந் நிகழ்ச்சி இந்த நிலவுலகில் உடம்பு உள்ள போதே ஏற்பட வேண்டும். இந்த அனுபவம் பெற்றவர்களே கடவுள்நிலை அறிந்து அம்மயமானவர்கள். அவர்கள் தேகம் என்றும் எதனாலும் அழிவதில்லை. வள்ளலார் பெற்ற அனுபவம் இதுவே. நாம் ஒவ்வொருவரும் பெற வேண்டிய அனுபவமும் இதுவே. வள்ளற் பெருமானார் துணை இருந்து நமக்கும் அவர் பெற்ற பேற்றினை அளிப்பாராக.

ஆன்மா:

மனித தேகத்தில் ஆன்மாவானது தனித்து இருக்கிறது. அதனால் அது உடம்பை விட்டு வெளியேறி மரணத்தை உடம்பிற்கு ஏற்படுத்துகின்றது. அந்த ஆன்மாவை இருதயம் நுரையீரல் போன்ற உள் உறுப்பாக மாற்றினால் அது உடம்பை விட்டு வெளியேறாது. நாம் செய்யக் கூடிய தவத்தின் விளைவு அந்த

ஆன்மாவை அக உறுப்பாக மாற்றுவதாகும். அதற்கெனவே சிற்சபையாகிய புருவ மத்தி மனிதனுக்குத் தரப்பட்டுள்ளது. ஆதாரம் :

அகப்பூ அகவுறுப்பாக்க அதற்கவை
அகத்தே வகுத்த அருட்பெருஞ்ஜோதி
(அகவல்)

எனவே புருவ மத்தியில் மனதை நிறுத்தித் தவம் செய்து ஆன்மாவை உள் உறுப்பாக்கி அது வெளியேற வொட்டாமல் தடுத்து விடலாம். தவ வெப்பம் ஏற ஏறத் தூல உடம்பானது சுத்த தேகமாகமாறும். மரணத்தை இவ்வாறு தவிர்க்க முடியும். சிந்திப்போம் - வள்ளலார் காட்டும் வழியைத் துல்லியமாக அறியச் சன்மார்க்க சங்கத்தைச் சார்வோம். அவர் காட்டிய வழி நடந்து மரணத்தை வெல்வோம். என்றும் வாழ்வோம். வாழ்க வள்ளலார் ஒளி நெறி. வளர்க ஆன்ம நேயம்.

வினா விடை

1) தக்க ஆசாரியனைக் கொண்டு நெற்றிக் கண்ணைத் திறக்கப் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும் என்று வள்ளலார் கூறியுள்ளார். தக்க ஆசாரியனின் லட்சணம் என்ன?

வள்ளல் பெருந்தகை அருட்பெருஞ்ஜோதி அகவல் என்ற ஒன்றை (1596 வரிகள் கொண்டது) எழுதியுள்ளார். அதிலே சாகாக் கல்வியின் தரம் இது என விளக்கியுள்ளார். வரிகள் 1039 முதல் 1066 வரை)

1. சாஸ்த்திர ஞானம் (பர ஞானம்)
2. அனுபவ ஞானம் (அபர ஞானம்)
3. மதி நிலை - ரவியின் வளர் நிலை - அனலின் திதி நிலை
4. கண நிலை - அவற்றின் - கரு நிலை
5. பதி நிலை - பசு நிலை - பாச நிலை
6. பிரம ரகசியம்

7. பரம ரகசியம்
8. சிவ ரகசியம்
9. சத்தியல் - சித்தியல்
10. அறிபவை
11. கேட்பவை
12. காண்பவை
13. செய்பவை
14. உண்பவை

இவற்றை நன்கு அறிந்து விளக்கக் கூடியவர்களை ஒருவாறு குருவாக ஏற்றுக் கொள்ளலாம்

(அல்லது)

புத்தி தத்துவத்தால் நன்மை தீமையை விசாரித்து நன்மையே உருவாய் விளங்கும். பெரியாரைத் துணை கொண்டு அவரால் இடப்படும் திருப்பணியைக் கைக்கொண்டு இடையறாது செய்யில் அவ்வருளைப் பெறலாம் (உரைநடை பக்கம் 453)

இவ்வாறு தேடியும் ஒரு குருவை அடையலாம்.

2. நெற்றிக் கண்ணைத் திறந்து கொண்டதற்கு என்ன அடையாளம்?

நெற்றியின் புருவ மத்தியில் எறும்பு ஊர்வதுபோல ஓர் உணர்வு ஏற்படும். அந்த உணர்வைக் கவனிப்பதே தியான ஆரம்பம்.

நெற்றிக் கண்ணைத் திறந்து கொண்டதற்கு அந்த உணர்வே அடையாளமாகும்.

3. எந்தெந்த வேளைகளில் தியானம் செய்ய வேண்டும்?

காலை,மாலை, மத்தியானம், இரவு, யாமம் வைகறை இந்த ஆறு வேளைகளிலும் தியானம் செய்ய வேண்டும்.

ஆதாரம்

மடுக்கநும் பேரருள் தண் அமுது எனக்கே
மாலையும் காலையும் மத்தியானத்தும்
கடுக்கும் இரவினும் யாமத்தும் விடியற்
காலையிலும் தந்து என் கடும்பசி தீர்த்து
எடுக்கு நற்றாயொடும் இணைந்து நிற்கின்றீர்
இறையவரே உம்மை இங்கு கண்டல்லால்
அடுக்கவிழ் கலை எடுத்து உடுக்கவும் மாட்டேன்
அருட்பெருஞ்ஜோதியீர் ஆணை நும்மீதே

(பாடல் எண் 532)

4. தியானம் செய்யும்போது மனதில் எதை நினைக்க வேண்டும்?

எதையும் நினைக்கக் கூடாது. புருவ மத்தியில் ஏற்படும் அந்த உணர்வை மட்டும் கவனிக்க வேண்டும். நாத ஒலி

கேட்கின்றதா என்று மட்டும் கூர்ந்து கவனிக்க வேண்டும். தியானம் செய்யும் வேளையில் மூச்சு வலது பக்கம் வரும்படி வலது காலை இடது காலின் மேல் வைத்துச் சுகாசனத்தில் செவ்வையாக அமர வேண்டும். ஆதாரம் :

சூரிய கலை என்பது வலது நாசியில் சுவாசிப்பது.
சந்திர கலை என்பது இடது நாசியில் சுவாசிப்பது.

சூரிய கலையில் தியானம் செய்ய வேண்டும் என்பதற்கு ஆதாரம்.

"ஆல மரத்தடியில் சூரியனை வணங்க வேண்டியது என்பது என்னெனில் சூரிய கலையில் தியானம் முதலிய செயல்கள் செய்ய வேண்டியது பற்றிச் சொன்னது." (உரைநடை பக்கம் 398 தலைப்பு 80)

எதையும் நினைக்காமல் நாதத்தை உற்றுக் கேட்க வேண்டும் என்பதற்கு ஆதாரம் :

அரசு வருகின்ற தென்றே அறைகின்றேன் நீ தான்
ஐயமுறேல் உற்றுக்கேள் அசையாது தோழி
முரசு சங்கு வீணை முதல் நாத ஒலி மிகவும்
முழங்குவது திருமேனி வழங்கு தெய்வ மணந்தான்
விரச எங்கும் வீசுவது நாசி உயிர்த்தறிக

வீதிஎலாம் அருட்ஜோதி விளங்குவது காண்க
பரசி எதிர் கொள்ளுதும் நாம் கற்பூர விளக்குப்
பிரிந்தெடுத் தென்னுடன் வருக தெரிந்தடுத்து
மகிழ்ந்தே(2498)

5. ஜபம் தியானம் தவம் மூன்றையும் விளக்குக.

குருவானவர் உபதேசிக்கும் மந்திரத்தைப் பலமுறை உச்சரிப்பது ஜபம்.

புறத்தே ஓர் உருவத்தை வைத்து அதனை உள்ளே காண முயற்சிப்பது தியானம்.

எதையும் நினையாமல் மனதை ஒரு நிலையில் வைத்துச் செயல்படாமல் இந்திரியங்களையும் கரணங்களையும் நிறுத்துவதே தவம்.

6. இந்த விளக்கங்கட்கு என்ன ஆதாரம்?

ஜபம் :

செவ்வாய்க் கிழமை விரத முறை நம் பெருமானார் எழுதியருளியிருக்கிறார். அதில் அவர் குறிப்பிட்டுள்ளது

"ஓம் வயித்திய நா தாய நம என்று நூற்றெட்டு, ஆயிரத்தெட்டு இரண்டில் எந்த அளவாவது செபித்து ...." (உரைநடை பக்கம் 583)

தியானம்

"தியானம் செய்ய வேண்டுமாகில் ஏதாவது ஓர் உருவத்தைத் தியானிக்க வேண்டும். நிஷ்களமாய் இருக்கப்படாது. உருவமாக இருக்க வேண்டும். அருவமாகத் தியானிக்கப்படாது. பின் உருவங்கரைந்து அருவமாகும். துவைதமாக இருந்தால் அத்வைதம் தானே ஆகும். எப்படி எனில் பார்க்கும் தான் கெடுவது அத்வைதம். பார்க்கப்படும் பொருளும் கெடுவது அதீதம் சத்தியம்." (உரைநடை பக்கம் 398. தலைப்பு 81. தியானம்)

தவம்

இன்று வருமோ நாளைக்கே வருமோ அல்லது மற்
றென்று வருமோ அறியேன் எங்கோவே துன்றுமல
வெம்மாயை யற்று வெளிக்குள் வெளி கடந்து
சும்மா இருக்கும் சுகம்.

மன் புருவ நடு முதலா மனம் புதைத்து நெடுங்காலம்
என் புருவாய்த் தவம் செய்வார் எல்லாரும் ஏமாக்க

அன்புருவம் பெற்றதன் பின் அருளுருவம் அடைந்து பின்னர்
இன்புருவம் ஆயினை நீ எழில் வாதவூர் இறையே.

புருவ மத்தியில் மனம் புதைத்து நிற்பதே தவம் என்பதும் இந்திரியங்களும் கரணங்களும் கடந்து சும்மா இருப்பதே அதன் சுகம் என்பதும் விளங்கும்.

7. ஜபம், தியானம், தவம் ஆகிய மூன்றினுள் வள்ளலார் செய்தது என்ன?

தவம் தான். (ஆதாரம்)

நானே தவம் புரிந்தேன் நம் பெருமான் நல்லருளால்
நானே அருட்சித்தி நாடடைந்தேன் - நானே
அழியா வடிவம் அவை மூன்றும் பெற்றேன்
இழியாமல்ஆடுகின்றேன் இங்கு (2247)

தான் தவம் புரிந்ததைப் பலப்பல பாடல்களில் வள்ளலார் கூறுகின்றார்.

8. தவம் செய்வோர் அடையக் கூடிய அனுபவங்களை வரிசைப் படுத்திக் கூற முடியுமா?

முக்கியமான சிறப்பு வாய்ந்த அனுபவங்களை வள்ளற் பெருந்தகை எடுத்துக் காட்டுகின்றார்.

1. **புருவ மத்தியில் உணர்வு**
2. **நாத அனுபவம்**
3. **காட்சி அனுபவம்**
4. **அமுதம் உண்ணுதல்**
5. **இறைவனோடு கலந்து மரணத்தை வெல்லுதல்**

ஆதாரம்

1) சுற்றது மற்றவ்வழி மாரூததது என்று எண்ணாத்
தொண்டரெலாம் கற்கின்றார் பண்டுமின்றுங் காணார்
எற்ற தும்பு மணிமன்றில் இன்ப நடம் புரியும்
என்னுடைய துரையே நான் நின்னுடைய அருளால்
கற்றது நின்னிடத்தே பின் கேட்டது நின்னிடத்தே
கண்டது நின்னிடத்தே உட்கொண்டது நின்னிடத்தே
பெற்றது நின்னிடத்தே இன்புற்றது நின்னிடத்தே
பெரிய தவம் புரிந்தேன் என் பெற்றி அதிசயமே (3044)

2) **அறிபவை எலாம் அறிவித் தென்னுள்ளே
பிறிவற விளங்கும் பெரிய சற்குருவே
கேட்பவை எலாம் கேட்பித் தென்னுளே
வேட்கையின் விளங்கும் விமல சற்குருவே
காண்பவை யெலாம் காட்டு வித்தெனக்கே
மாண்பதம் அளித்து வயங்கு சற்குருவே
செய்பவை எலாம் செய் வித்தெனக்கே**

உய்பவை அளித்தெனுள் ஓங்கு சற்குருவே
உண்பவை எலாம் உண்ணுவித் தென்னுள்
பண்பினில் விளங்கும் பரம சற்குருவே
(அகவல் வரி 1055 - 1064)

9. வேறு அனுபவங்கள் ஏதேனும் உண்டா?

i) நாத அனுபவத்தில் இந்த உடம்பிலிருந்து மலர் மணம் வீசும். ஆதாரம்

அம்பலத்தே திருநடஞ்செய் அடிமலர் என் முடிமேல்
அணிந்து கொண்டேன் அன்பொடும் என் ஆருயிர்க்கும் அணிந்தேன்
எம்பரத்தே மணக்கும் அந்த மலர் மணத்தைத் தோழி
என் உரைப்பேன் உரைக்க என்றால் என்னளவன்றதுவே
வம்பிசைத்தேன் அன்றடி நீ என் அருகே இருந்துன்
மணி நாசி அடைப்பதனைத் திறந்து முகர்ந்தறிகாண்
நம்புறு பார்முதல் நாதவரையுள நாட்டவரும்
நன்கு முகர்ந்தனர் வியந்தார் நன் மணம் ஈதெனவே (2448)

ii) இறைவனுடன் கலந்த பின்னர் உடம்பில் கற்பூர மணம் வீசுமாம். ஆதாரம்

கற்பூரம் மணக்கின்றதென் உடம்பு முழுதும் கணவர்
திருமேனியிலே கலந்த மணம் அதுதான்
இற்பூத மணம்போலே மறைவதன்று கண்டாய்இயற்கை
மணம் துரிய நிறை இறை வடிவத்துளதே

பொற்பூவும் நறுமணமும் கண்டறியார் உலகர்
புண்ணியனார் திருவடிவில் நண்ணிய வாறதுவே
நற்பூதி அணிந்த திருவடிவு முற்றும் தோழி
நான் கண்டேன் நான் புணர்ந்தேன் நான் அது ஆனேனே (2457)

iii) புருவ மத்தியில் ஏற்படும் உணர்வனுபவம் தொடர்ந்து இராமல் சில காலம் தடைபட்டிருக்கும் ஆதாரம்.

இவர்க்கும் எனக்கும் பெரு வழக்கிருக்கின்றது . . .
அன்று இதோ வருகின்றேன் என்று போனவர் அங்கே
யார் செய்த தடையாலோ இருந்தார் என் கையில் சங்கை
இன்று தம் கையில் கொண்டே வந்து நிற்கின்றார்
இங்கே இந்தக் கதவை மூடு இவர் போவதினி எங்கே (1232)

இந்தப் பாடல் ஆறாம் திருமுறைக் கீர்த்தனைப் பகுதியில் உள்ளது. ஐந்தாம் திருமுறையிலிருந்து மற்றுமொரு பாடலைக் காணலாம்.

தனித்த பரநாத முடித்தலத்தின் மிசைத் தலைத்தே
தலைவரெலாம் வணங்க நின்ற தலைவன் நடராஜன்
இனித்த சுகம் அறிந்து கொளா இளம் பருவந்தனிலே
என் புருவ நடு இருந்தான் பின்பு கண்டேன் இல்லை
அனித்தமிலா இச் சரிதம் யார்க்குரைப்பேன் அந்தோ

அவன் அறிவான் நான் அறிவேன் அயலறிவார் உளரோ
துனித்த நிலை விடுத்தொருகால் சுத்த நிலை அதனில் சுகங் கண்டும் விடுவேனோ சொல்லாய் என் தோழி (3026)

(iv) தொடர்ந்து முன்னேற முடியாமல் பலவிதமான தடைகள் ஏற்படும்:
நாம் இந்த நிலைக்கு உயர்ந்து விட்டோம் என்ற ஆணவம் ஏற்படலாம்.
தவத்தில் முதலில் இருந்த ஆர்வம் படிப்படியாகக் குறைந்து போகலாம்.
அகங்காரம் ஏற்பட்டுத் தவத்தைத் தடை செய்யலாம்.

மண், பெண், பொன், புகழ் இப்படி ஏதாகிலும் ஓர் இச்சையில் மனம் பற்றலாம்.

ஆணவம், மாயை, கன்மம் ஆகிய மும்மலங்களைத் தடுக்க அருள் துணை கிட்டாமலும் போகலாம். (ஆதாரம்)

ஞானமணிப் பொதுநடஞ்செய் திருவடி கண்டிடவே
நடக்கின்றேன் அந்தோ முன் நடந்த வழி அறியேன்
ஊனமிகும் ஆணவமாம் பாவி எதிர்ப் படுமோ
உடைமையெலாம் பறித்திடுமோ நடைமெலிந்து போமோ

ஈனமுறும் அகங்காரப் புலி குறுக்கே வருமோ
இச்சை யெனும் இராக்கதப் பேய் எனைப் பிடித்துக் கொளுமோ
ஆனமலத் தடை நீக்க அருள் துணைதான் உறுமோ
ஐயர் திருவுளம் எதுவோ யாது மறிந்திலனே.
(119)

10. நாம் தவ அனுபவத்தில் வளர்ந்து வருகிறோம் என்பதற்கு எளிய அனுபவம் ஏதேனும் உண்டா?

நாம் உண்ணுகின்ற உணவின் அளவும் நாம் தூங்குகின்ற தூக்கத்தின் அளவும் குறைந்து கொண்டே வரும். ஆசைகளும் குறைந்து வரும். ஆதாரம்

"தியானம் மயமானால் பொசிப்பு மாறும்"
(உரைநடை பக்கம் 533)

11. தவம் செய்ய எப்படி உட்கார்ந்து எவ்வாறு செய்ய வேண்டும்?

இடது காலின் மீது வலது கால் இருக்கும்படிச் சுகாசனம் இட்டு அமரவேண்டும். முதுகு நேராக இருக்க வேண்டும். இரண்டு கண்களையும் புருவமத்தியை நோக்கும்படி நிறுத்த வேண்டும். தெற்கு நோக்கி உட்கார வேண்டும். மனதில் எதையும் நினையாமல்

புருவ மத்தியில் தோன்றும் உணர்வில் மட்டும் நாட்டம் வைக்க வேண்டும்.

12. தெற்கு நோக்கி உட்கார வேண்டும் என்பதற்கு என்ன ஆதாரம்?

திரு அருட்பா உரைநடையில் வள்ளலார் கூறியுள்ளது.

கிழக்கு - திக்கை நோக்கித் தியானம் செய்கின்றது போக சித்தியைப் பெறுகின்றதற்கு

மேற்கு - சொர்ண சித்தியைப் பெறுகிறதற்கு

தெற்கு - சாகாக்கலையை (நித்திய தேகத்தையும் ஞான சித்தியையும்) பெறுகிறதற்கு

வடக்கு - சித்த சுத்தியைப் பெறுகிறதற்கு

தெற்கு சாகாக் கலையை நித்திய தேகத்தைத் தருவதால் தெற்கு நோக்கி உட்கார வேண்டும்.

(உரைநடை பக்கம் 349)

13) கண்கள் இரண்டும் புருவ மத்தியை நோக்க வேண்டும் என்பதற்கு என்ன ஆதாரம்?

இந்தப் பாடலைக் கவனியுங்கள் :

அன்னப் பார்ப்பால் அழகாம் நிலையூடே
அம்பலம் செய்து நின்றாடும் அழகர்

துன்னப் பார்த்து என் உயிர்த் தோழியும் நானும்
சூதாடுகின்ற அச்சூழலில் வந்தே
உன்னைப் பார்த்துன்னுள்ளே என்னைப் பாராதே
ஊரைப் பார்த்தோடி உழல்கின்ற பெண்ணே
என்னைப் பார் என்கின்றார் என்னடி அம்மா
என்கை பிடிக்கின்றார் என்னடி அம்மா.
(2404)

14. மேற்கூறிய பாடலின் விளக்கம் என்ன?

அன்னப் பார்ப்பு என்பது அன்னப் பறவைக் குஞ்சு ஆகும். அன்னப் பறவையை நேரில் பார்க்காவிட்டாலும் படத்தில் பார்த்திருக்கின்றோம். வாத்தின் உடல் போலும் கொக்கின் கழுத்தின் போலும் இருக்கும். நமது கண்கள் அன்னப் பறவையின் உடலாக இருக்கும்படிப் படம் ஒன்று வரைந்தால் அது இவ்வாறு இருக்கும்

அன்னப் பறவையின் அழகான நிலை புருவ மத்தியைக் குறிக்கின்றது. அந்த நிலையே

அம்பலம் என்பது. அங்கே நடனம் ஆடுகின்றானாம் இறைவன். துன்னப் பார்த்து என்றால் நெருங்கிப் பார்த்து என்று பொருள். கண்கள் இரண்டினாலும் புருவ மத்தியை நோக்கினால் அவை நெருங்கும்.

15. எந்தவிதச் சாதனை செய்ய வேண்டும் எது வேண்டாம் என்று வள்ளலார் எங்காவது கூறியிருக்கிறாரா?

இடது நாசித்துவாரத்தில் மூச்சை இழுத்து உள்ளே சிறிது நேரம் அடக்கிப் பின்னர் வலது நாசித் துவாரத்தின் வழியாக வெளியே விட்டு மறுபடி வலது நாசியில் இழுத்து உள்ளே அடக்கி இடது நாசி வழியாக வெளியே விடுகின்ற சுவாசப் பயிற்சி ஒன்று உண்டு. இதற்கு எண்ணிக்கை அளவுகூட உண்டு. இதைப் பூரகம் கும்பகம் ரேசகம் என்று கூறுவார்கள். இந்தப் பயிற்சி வேண்டாம் என்கிறார்.

கண்களிலுள்ள கருவிழியை மறைக்கச் செய்தலும், அவற்றைச் சுற்றுதலும், அவற்றைக் கொண்டு இமையாமல் உற்று நோக்குதலும் போன்ற பயிற்சியும் வேண்டாம் என்கிறார்.

ஓர் ஆசானை அடைந்து அவனிடம் அறிவு விளக்கம் பெற்று கரணங்கள் நீங்கிக் கனல் எழும்புகின்ற பயிற்சி வேண்டும் என்கின்றார்.

ஆதாரம்.

பற்றுதலும் விடுதலும் உள் அடக்குதலும் மீட்டும்
 படுதலொடு சுடுதலும் புண்படுத்தலும் இல்லாதே
உற்றொளி கொண்டோங்கி எங்கும் தன் மயமாய் ஞான
 உருவாகி உயிர்க்குயிராய் ஓங்குகின்ற நெருப்பே
சுற்றுதலும் தோன்றுதலும் மறைதலும் வெச்சென்றே
 சுடுதலும் இல்லாது என்றும் துலங்குகின்ற சுடரே
முற்றும் உணர்ந்தவர் உளத்தே திருச்சிற்றம்பலத்தே
 முயங்கும் நடத்தரசே என் மொழியும் அணிந்தருளே.
(850)

பற்றுதல்: மூச்சுக்காற்றை உள்ளே இழுத்தல் - பூரகம்

விடுதல்: மூச்சுக்காற்றை வெளியே விடுதல் - ரேசகம்

உள்ளடக்குதல்: மூச்சுக்காற்றை உள்ளேயே அடக்குதல் கும்பகம்

மீண்டும் படுதல்- இவ்வாறு மீண்டும் மீண்டும் செய்தல்

சுடுதல் - வெப்பம் உண்டாகுதல்

புண்படுத்தல் - மூலத்தில் ரத்தம் வெளிப்படுதல்
இல்லாது - இவை இல்லாமல்
சுற்றுதலும் - கண்களைச் சுழற்றும் பயிற்சி
தோன்றுதலும் அப்படியே கண்களை நிறுத்துதல்
மறைதலும் கருவிழியைப் பின்பக்கம் திருப்பி
வெள்ளை நிறம் மட்டும்
வெளியே தெரியும்படிச் செய்தல்
வெச்சென்றே சடுதலும் - கண்களை இமைக்காது
நிறுத்தி எரிக்கும்படிச் செய்தல்
இல்லாது - இவைகள் இல்லாமல்
உற்று ஒளி கொண்டு - ஆசாரியன் அனுக்கிரகத்தால்
ஒளி பெற்று
ஓங்கி - அதனை வளரச் செய்யும் தவம்
இது வேண்டும் என்கிறார்.

16. அவஸ்த்தைகள் எத்தனை? அவை யாவை?

அவஸ்த்தைகள் மூன்று - அவையாவன ஜாக்ரத், சொப்னம், சுழுத்தி என்பனவாகும்.

17. அவற்றின் விளக்கம் என்ன?

உள்ளம் பித்த உஷ்ணத்தோடு கூடி லலாடஸ்தானத்தில் நிற்பது ஜாக்ரத். சொப்னமாவது வாத நாடியோடு கூடிக்கண்ட ஸ்தானத்தில் இருப்பது சுழுத்தியாவது உள்ளம் சிலேத்தும் நாடியோடு கூடி மார்பு

ஸ்தானத்தில் நிற்பது (உரைநடை பக்கம் 395, தலைப்பு 70)

18. அருளியலில் உள்ளவர்களை எத்தனை வகையாய் வள்ளலார் பிரிக்கிறார்?

அடியர் என்றும் அன்பர் என்றும் இரண்டாகப் பிரிக்கின்றார். ஆதாரம்.

செடியறுத்தே திட தேகமும் போகமும்
அடியருக்கே தரும் அருட்பெருஞ்ஜோதி

துன்பறுத்து ஒரு சிவ துரிய சுகந்தனை
அன்பருக்கே தரும் அருட்பெருஞ்ஜோதி

19. அடியருக்கும் அன்பருக்கும் உள்ள வித்தியாசம் என்ன?

திட தேகமும் போகமும் மட்டும் அடியர் பெறுவர். துரிய சுகம் அன்பருக்குக் கிட்டும்.

20. அன்பர் என்பவர் யார்?

அன்பர் என்பது பொருள் புகழாதியைக் குறித்துப் பயில்வோரை நீக்கிச் சிவானந்தம் எந்நாள் அடைதும் என்று இடைவிடாது அதனையே விரும்பிப் பயில்வோரைக் குறித்தது என்று உணர்க.
(உரைநடை பக்கம் 170 - ஒழிவிலொடுக்கப் பாயிர விருத்தி)

அகப் பணியாகிய தவம் செய்வோரை அன்பர் என்று திரு அருட்பா விளக்குகின்றது. ஆதாரம்

மணவாளர் வருகின்ற தருணமிது மடவாய்
மாளிகையின் வாயிலெலாம் வளம்பெற நீ புனைக
குணவாளர் அணையும் மலர் அணை அகத்தை நானே
குலவு மணி விளக்கத்தால் அலங்கரிக்கப் புகுவேன்
தணவாத சுகந்தரும் என் தனிக் கணவர் வரிலோ
சற்றும் அயல் வாதனைகள் உற்றிடுதல் ஆகா
அணவாத மனத்தவரைப் புறப் பணிக்கே விடுக
அன்புடையார் களுக்கிடுக அகப்பணி செய்திடவே
(2466)

21. முன் சொன்ன பாடலை விளக்குக :-

மணவாளர் வருகின்ற தருணமிது மடவாய்

என்னை மணந்த என் கணவர் வரும் நேரம் இதுவாகும் தோழி

தோழி என்பது மனம்

மாளிகையின் வாயிலெலாம் வளம்பெற நீ புனைக.

மாளிகை - தேகம்

வாயில் - மெய் வாய் கண் மூக்கு செவி ஆகிய இந்திரியங்கள்

இந்த தேகத்திலுள்ள ஐந்து இந்திரியங்களாகிய மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகியவைற்றை குற்றங்கள் இல்லாது தூய்மையாக வைத்துக் கொள். முதலில் இந்திரிய ஒழுக்கத்திற்கு வா என்று பொருள்.

குணவாளர் அணையும் மலர் அணை அகத்தை நானே

குலவு மணி விளக்கத்தால் அலங்கரிக்கப் புகுவேன்

எல்லா நற்குணங்களும் அமையப் பெற்ற என் கணவர் என்னை அணையக் கூடிய இடம் என் அகமாகிய புருவ மத்தியில் உள்ள மலரணையே யாகும். அந்த மலரணையை நானே என் இரண்டு கண்களை நெருக்கிப் பார்த்து அழகு படுத்துவேன்.

மணி - என்பது கண்மணி

குலவு - என்பது இருவர் மகிழ்வுடன் நெருங்கி நெருங்கி உறவாடுவதைக் குலாவுதல் என்கிறோம். இரண்டு கண்களும் நெருங்கிப் புருவ மத்தியை நோக்குவதையே குலவு மணி விளக்கம் என்றார்.

தணவாத சுகந்தரும் என் தனிக் கணவர் வரிலோ சற்றும் அயல் வாதனைகள் உற்றிடுதல் ஆகா.

தணியாத இன்பம் அளிக்கின்ற எனது ஒப்பற்ற கணவர் வருகையில் எனக்குப் புறம்பாக உள்ள எந்தச் செய்தியும் உள்ளே நுழையக் கூடாது.

அணவாத மனத்தவரைப் புறப்பணிக்கே விடுக
அன்புடையார் களுக்கிடுக அகப்பணி செய்திடவே

இதை ஒப்புக் கொள்ளாத மனம் உடையவர்கட்குப் புறத்தே செய்யக் கூடிய வேலைகளை இடுக. சிவானுபவ விருப்பமுடையவர்கட்கே அகப் பணியாகிய தவம் செய்பணி இடுக.

22. தவம் செய்வது அவசியம் என்று வள்ளலார் வலியுறுத்தி உள்ளாரா?

ஆம். அனுபவமாலைப் பாடலில் இதைவிட அதாவது தவம் செய்வதை விட நான் செய்யக் கூடிய பணி வேறு என்ன கூறு என்று வினவுகிறார். ஆதாரம்

தாழ் குழலாய் எனைச் சற்றே தனிக்க விட்டால் ஞான
சபைத் தலைவர் வருகின்ற தருணமிது நான் தான்
வாழ்வடை பொன் மண்டபத்தே பளிக் கறையினூடே
மலரணையை அலங்கரித்து வைத்திடுதல் வேண்டும்
சூழுற நான் அலங்கரிப்பேன் என்கின்றாய் தோழி
துரைக்கு மனமில்லையது துணிந்தறிந்தேன் பலகால்
ஏழ் கடலில் பெரிதன்றோ நானடைந்த சுகமிங்கு
இதைவிட நான் செய் பணி வேறெப்பணி நீ இயம்பே
(2464)

தாழ் குழலாய் என்றும் தோழி என்றும் இங்கு அழைக்கப்பட்டது மனதையே ஆகும். மனம் அலங்காரம் செய்வது இறைவனுக்குச் சம்மதமில்லை என்றும் நான் அடைந்த சுகம் ஏழு கடலை விடப் பெரியது என்றும் இதைவிட நான் செய்பணி

வேறெப்பணி என்றும் கேட்கிறார். தவம் செய்வது எதனையும் விட மிக மிக அவசியம் என்பது விளக்கப்பட்டுள்ளது.

23. சிற்சபை பொற்சபை இரண்டும் மனித உடம்பில் எங்கே இருக்கின்றன?

மனித தேகத்தில் புருவ மத்தியே சிற்சபை ஆகும். ஆசாரியன் ஒருவனை அணுகி அவனிடம் சாதனை எப்படிச் செய்வது என்று கற்றுக் கொண்டதும் எறும்பு ஊர்வது போல ஓர் உணர்வு தோன்றும். அந்த உணர்வு தொடங்கி நாத அனுபவத்திற்குப் பின் தோன்றும் பேரொளிக் காட்சியுடன், அமுதம் உண்பது வரை சிற்சபை அனுபவம் ஆகும்.

பேரொளியின் நடுவே தோன்றும் பொன்னொளியும் அதன் நடுவே தோன்றும் உள்ளொளியாகிய செவ்வொளியும் பொற்சபை அனுபவங்கள் ஆகும்.

ஆதாரம்.

கள்ளுண்டாளெனப் புகன்றார் கனகசபை நடுவே
கண்டதுண்டு சிற்சபையில் உண்டதும் உண்டடி நான்
எள்ளுண்ட பலவிடயத்திறக்குங்கள் அன்றே

என்றும் இறவா நிலையில் இருத்துங்கள் உலகர்
உள்ளுண்ட போது மயக்குற்றிடுங்கள் அலவே
உள்ள மயக்கனைத்தினையும் ஒழித்திடுங்கள் மடவாய்
அள்ளுண்ட பிறரும் எனை அடுத்தடுத்துக் கண்டால்
அறிவு தரும் அவர்க்குமிங்கே யானுண்ட கள்ளே
(அனுபவமாலை பாடல் 12)

24. சமயத் தெய்வங்கள் பற்றி வள்ளலாரின் கருத்து என்ன?

ஒவ்வொரு சமயமும் ஒவ்வொரு தெய்வத்தைத் தலைமையாக வைத்து வழிபட்டு வருகின்றது. சைவம் சிவனையும், வைணவம் நாராயணனையும், கௌமாரம் முருகனையும், காணாபத்யம் கணபதியையும், சாக்தம் சக்தியையும் சௌரம் சூரியனையும் இதேபோல் மற்ற மதங்களில் இஸ்லாம் அல்லாவையும், கிறித்துவம் பரமபிதாவை யும், ஜைனம் அருகரையும், வணங்குவது போல உலகத்திலுள்ள அத்தனை சமயங் களும் தங்கள் தெய்வமே உயர்ந்தது என்றும் உண்மையானது என்றும் போதிப் பதுடன் மற்ற தெய்வங்கள் உண்மையில் உள்ளதல்ல என்றும் போதிக்கின்றன.

எல்லோருக்கும் பொதுவாக இறைவன் ஒருவனே. அந்த ஒருவனைத் தான் ஒவ்வொரு சமயமும் தங்கள் தங்கள் மனம்போன போக்கில் பெயரிட்டு வணங்கி

வருகின்றார்கள். எல்லாப் பெயர்களும் எல்லா வடிவங்களும் ஞானிகளின் கற்பனையே தவிர உண்மையில் இருப்பனவல்ல. எனவே சமயத் தெய்வங்களை வழிபாடு செய்வது அவசியமல்ல.

25. சமயத் தெய்வங்கள் கற்பனையே என்றால் தெய்வத்தின் உண்மைதான் என்ன

ஒவ்வொருவரும் தங்கள் அகத்திலே தான் இறைவனை அறிய முடியுமே தவிரப் புறத்தில் அதுதான் இறைவன் எனக் காட்ட முடியாது. ஆதாரம் :

பொது உணர் உணரும் போதலால் பிரித்தே
அது எனில் தோன்றா அருட்பெருஞ்ஜோதி

(அகவல்)

26. இறைவனை அருட்பெருஞ்ஜோதியாக வள்ளலார் கூறுகின்றாரே - அந்த அருட்பெருஞ்ஜோதியும் அனுபவம் தானா?

ஆம். அருட்பெருஞ்ஜோதியும் அனுபவமே. ஆதாரம்

தனு கரணாதிகள் தாம் கடந்து அறியும் ஓர்
அனுபவமாகிய அருட்பெருஞ்ஜோதி

(அகவல்)

27. அருட்பெருஞ்ஜோதி எப்போது அனுபவமாகும்?

தனு என்பது உடல். அதாவது மெய், வாய், கண், மூக்கு, செவி ஆகிய ஐந்து இந்திரியங்கள்.

கரணாதிகள் என்பது மனம், புத்தி, சித்தம், அகங்காரம் ஆகியவை ஆகும்.

இந்திரியங்களும், கரணங்களும் கடந்த நிலையில் அதாவது செயல்பாடற்ற நிலையில் அருட்பெருஞ்ஜோதி அனுபவமாகும்.

28. அந்த அனுபவம் எப்படி இருக்கும்?

மனம் செயல்பாடற்ற நிலையில் அதாவது விந்து, நாதம், பரவிந்து என்ற நிலைகள் கடந்து பரநாதம் என்ற நிலை தவத்தில் ஏற்படும்போது பேரொளி ஒன்று தோன்றும். பின்னர் அதன் நடுவே பொன்னொளி தோன்றும். முடிவில் அதன் நடுவே செவ்வொளி தோன்றும். இந்தச் செவ்வொளியே இறைவன் ஆகும்.

ஆதாரம்:

ஈற்றறியேன் இருந்து இருந்து இங்கு அதிசயப்பதென் நீ
என்கின்றாய் நீ எனை விட்டு ஏகுதொறும் நான்தான்
காற்றறியாத் தீபம் போல் இருந்திடும் அத்தருணம்
கண்ட பரிசு என்புகல்வேன் அண்டபகிரண்டம்
தோற்றறியாப் பெருஞ்ஜோதி மலை பரநாதத்தே தோன்றியது
ஆங்கு அதன் நடுவே தோன்றியது ஒன்று அதுதான்

மாற்றறியாப் பொன் ஒளியோ அவ்வொளிக்குள் ஆடும்
வள்ளல் அருளொளியோ ஈது அதிசயிக்கும் வகையே
(5767)

29. மனம் எப்போது அறும்?

(போத அசைவு) அவா அறில் மனம் தானே அறும். அஃது
அறாத இடத்து எவ்வாற்றானும் அறாது.

30. பாசம் எப்போது நீங்கும்?

தவம் செய்து பரநாத நிலை அனுபவம்
ஏற்படும் போது பாசம் அறும்.

ஆதாரம் :

பரிக்கிரக நிலை முழுதும் தொடர்ந்தோம் மேலைப்
பரவிந்து நிலை அனைத்தும் பார்த்தோம் பாசம்
எரிக்கும் இயற் பரநாத நிலைக் கண் மெல்ல
எய்தினோம் அப்பாலும் எட்டிப் போனோம்
தெரிக்கரிய வெளி மூன்றும் தெரிந்தோம் எங்கும்
சிவமே நின் சின்மயம் ஓர் சிறிதும் தேறோம்
தரிக்கரிது என்று ஆகமங்கள் எல்லாப் போற்றத்

தனிநின்ற பரம் பொருளே சாந்தத் தேவே
(மகாதேவ மாலை 64)

31. பாசத்தை அறுக்க வேறு ஏதேனும் வழி உண்டா?

சரியை கிரியை முடித்து யோக சாதனையில் பதியுடன் ஒன்று பட்டால் பாசம் அறும். ஆதாரம் :

பதி பூசை முதல நற்கிரியையால் மனம் எனும் பசுகரணம்
ஈங்கு அசுத்த பாவனை அறச் சுத்த பாவனையில்
நிற்கும் மெய்ப் பதியோக நிலைமை அதனால்
மதி பாசம் அற்று அதின் அடங்கிடும் அடங்கவே
மலைவின் மெய்ஞ்ஞான மயமாய் வரவு போக்கற்ற
நிலைகூடும் என எனதுளே வந்துணர்வு தந்த குருவே
துதி வாய்மை பெறு சாந்த பத மேவு மதியமே துரிசறு
சுயஞ்ஜோதியே தோகை வாகன மீதிலங்க
வருதோன்றலே சொல்லரிய நல்ல துணையே
ததி பெறும் சென்னையில் கந்த கோட்டத்துள் வளர்
தலமோங்கு கந்தவேளே தண்முகத் துய்யமணி
உண்முகச் சைவமணி சண்முகத் தெய்வ மணியே
(தெய்வமணி மாலை 5)

32. வள்ளலார் எந்த நிலை அடைந்தார்?

வள்ளலார் முத்தேக சித்தி பெற்றார்.

33. முத்தேக சித்தி என்பது என்ன?

இந்த தூய தேகத்தைச் சுத்த தேகம், பிரணவ தேகம், ஞான தேகம் ஆக மாற்றிக் கொள்வது.

34. தூல தேகத்தைச் சுத்த, பிரணவ, ஞான தேகமாக மாற்றிக் கொண்டால் தூல தேகம் என்ன ஆகும்?

தூல தேகம் தான் சுத்த பிரணவ ஞான தேகமாக மாறும்.

35. தேக மாற்றத்தைச் சற்று விளக்கவும்?

குழந்தைப் பருவத்தில் நம்முடைய முகமும் தேகமும் எப்படி இருந்தன? வாலிப வயதில் முகத் தோற்றமும் உடல் வளமும் எவ்வாறு இருந்தன. வயது முதிர்ந்தவுடன் அதே முகமும் உடல் தோற்றமும் எவ்வாறு விளங்குகின்றன. குழந்தைப் பருவத்தில் இருந்த முகம் வயதான பின் கிழடு தட்டி விடுகின்றதே. அடையாளம் காண முடியாதவாறு முகத் தோற்றம் மாறுபட்டு விடுகின்றதே. அந்த முகம் போய் வேறு முகமா தோன்றியது. ஒரே முகம் குழந்தைப் பருவத்திலிருந்து வாலிபப் பருவத்திலும் பின்னர் வயோதிகப் பருவத்திலும் எவ்வாறு மாற்றம் அடைந்து விடுகின்றதோ அவ்வாறே இதே தூல தேகமானது சுத்த பிரணவ ஞான தேகமாக மாறுகின்றது.

36. **சுத்த தேகத்தை எவ்வாறு அடைவது. அதன் தன்மை என்ன?**

தூல தேகமானது தவ வெப்பத்தினால் வேதிக்கப்படும்போது தேக மாற்றம் ஏற்படுகின்றது. ஆகாரமும் தூக்கமும் குறைந்து கொண்டே வந்து தேவையில்லை என்ற நிலை ஏற்படும். ஆகாரம் இல்லாததால் மலஜலமும் இருக்காது. வியர்வையும் நிழலும் இருக்காது. தேகம் தோன்றும் பிடிபடும். வயது 12 வயது பருவம். சுத்த தேகத்தின் தன்மை இவ்வாறு இருப்பதுடன் உரோமமும் வளர்ச்சி தாழ்ச்சி இல்லாது நின்று விடும்.

37. **பிரணவ ஞான தேகங்களின் தன்மை என்ன?**

பிரணவ தேகம் தோன்றும். பிடிபடாது. பருவம் 5 வயது பருவம் ஆகும். ஞான தேகம் தோன்றியும் தோன்றாமலும் இருக்கும்.

38. **இந்த மூன்று தேகங்களையும் வள்ளற் பெருமானார் விளக்கியுள்ளவாறே விளக்குக:**

<u>சுத்த தேகம்</u>

காரிய ரூபம்
பர உணர்ச்சி
பர அறிவு
பரத்துவம்
பொன் வண்ணம்
அபரஞ்சி மாற்று
12 வயது பருவம்
நரை திரை பிணி
மூப்பு மலம் ஜலம்
வியர்வை ஆகாரம்
நித்திரை தாகம்
சாயை முதலியன
இல்லாமை
ரோம வளாச்சி
தாழ்ச்சி இல்லாமை
கர்ம சித்தி
கல்ப தேகி
அபர மார்க்கி

பிரணவ தேகம்

பரம்பர தேகம்
பரம்பர அறிவு
பரம்பர தத்துவம்
16 முதல் 108 வரை
மாற்று
5 வயது முதல் 8 வயது பருவம்
தேகம் தோன்றும் பிடிபடாது

சர்வ சித்தி
பிராண கல்ப ஜெயந்தி

ஞான தேகம்

எங்கும் பூரண வியாபகம்
பராபர அறிவு
பராபர தத்துவம்
அளவு கடந்த மாற்று உரைபடாதது
சப்த மய தரிசனம்
உருவம் தோன்றியும் தோன்றாமலும் இருக்கும்
சர்வ மகா சித்தி
சர்வ சுதந்தரம்
காலாதீதன்

39. வள்ளலார் சுத்த தேகம் பெற்றார் என்பதற்கு என்ன ஆதாரம்?

சுத்த தேகம் நிழல் இருக்காது. நிழற்படம் (போட்டோ Photo) எடுக்க இயலாது. வள்ளலாரை ஒன்பது முறை முயற்சி செய்தும் அவரது நிழற் படம் எடுக்க இயலாது போயிற்று. நிழற் படத்தில் அவர் உருவம் விழவில்லை. அதனால் ஒவ்வொரு வள்ளலார் படமும் ஒவ்வொரு விதமாக இருக்கின்றதற்கு அவரது உண்மையான முக உருவம் நிழற்படத்தில்

விழாமல் போனதே காரணம். இராமகிருஷ்ண பரமஉறம்ஸர் விவேகானந்தர் போன்றோரின் நிழற்படம் உள்ளது. வள்ளலாரின் நிழற்படம் இல்லை. அவர் சுத்த தேகம் பெற்றதற்கு இதுவும் ஒரு சான்று.

40. வள்ளலார் பெற்ற மரணமிலாப் பெரு வாழ்விற்கு அகச் சான்று ஏதேனும் உண்டா?

தான் அடைந்த அந்த வாழ்வைப் பலப்பலப் பாக்களில் பறைசாற்றியுள்ளார். ஒன்றிரண்டை உதாரணமாக இங்கே காணலாம்.

ஆடுகின்ற சேவடிக்கே ஆளானேன் மாளாத யாக்கை
பெற்றேன்
கூடுகின்ற சன்மார்க்க சங்கத்தே நடுவிருந்து
குலாவுகின்றேன்
பாடுகின்றேன் எந்தை பிரான் பாதப் புகழைப்
பாடிப்பாடி
நீடுகின்றேன் இன்பக் கூத்தாடுகின்றேன்
எண்ணமெலாம் நிரம்பினேனே

காற்றாலே புவியாலே ககனமதனாலே கனலாலே
புனலாலே கதிராதியாலே
கூற்றாலே பிணியாலே கொலைக்கருவியாலே கோளாலே
பிறவியற்றும் கொடுஞ் செயல்களாலே
வேற்றாலே எஞ்ஞான்றும் அழியாதே விளங்கும்
மெய்யளிக்கவேண்டுமென்றேன் விரைந்தளித்தான்

ஏற்றாலே இழிவென நீர் நினையாதீர் உலகீர்
எந்தை அருட்பெருஞ்ஜோதி இறைவனைச்சார்வீரே.

நானே தவம் புரிந்தேன் நம் பெருமான் நல்லருளால்
நானே அருட்சித்தி நாடடைந்தேன் - நானே
அழியா வடிவம் அவை மூன்றும் பெற்றேன்
இழியாமல் ஆடுகின்றேன் இங்கு.

41. காலையில் கரிசாலை தூதுளை முசுமுசுக்கை சீரகம் இவை ஒன்று கலந்த பொடியை உண்ண வேண்டும் என்று வள்ளலார் கூறியுள்ளாரே. அதனால் ஏற்படும் நன்மைகள் என்ன?

நாம் உண்ணும் உணவை ஜீரணிப்பதற்குக் கல்லீரல் தான் பெரும்பணி ஆற்றுகிறது. அக் கல்லீரலைப் பழுதடையாது பாதுகாக்கும். ரத்தத்துடன் கலந்துள்ள மற்ற கிருமிகளை நாசம் செய்வதுடன் இரத்தத்தையும் சுத்தமாக்கும். அசக்தம் போக்கும். அதாவது களைப்பு அடையச் செய்யாது. மரணத்திற்கு மூல காரணமான சளியையும் நீக்கும். வாத பித்த சிலேத்துமங்கள் கூடாமலும் குறையா மலும் அளவுடன் நிற்கும்.

42. மற்ற அருளாளர்கள் ஏன் கூறவில்லை?

மகான்கள் அறிந்தும் பலவற்றை இரகசியமாகவே காப்பாற்றி மறைத்து விட்டார்கள். நம் மீது கொண்ட பெருங் கருணை காரணமாகவே இவற்றையெல்லாம் வள்ளலார் விளக்கினார்.

43. வானத்தின் மீது மயிலாடக் கண்டேன்
மயில் குயிலாச்சுதடி அக்கச்சி
மயில் குயிலாச்சுதடி.. என்று ஓர் அருட்பா பார்த்தேன். அதன் பொருள் என்ன?

வானம் என்பது புருவமத்தி. மயில் ஆடும்போது தனது தோகையை விரித்துச் சிலிர்க்கும். அதன் தோகையில் கண்போன்று நிறைய இருக்கும். புருவமத்தியில் நெற்றிக் கண் உள்ள இடத்தில் ஓர் அசைவு தோன்றும். நமது இரு கண்களாலும் அதை உள்ளே காண வேண்டும். இந்தத் தவம் செய்யும் முறையைத்தான் வானத்தின் மீது மயிலாடக் கண்டேன் என்றார். அவ்வாறு நாம் சாதனை செய்து வந்தால் நாதம் கேட்கும். இந்த அனுபவத்தையே மயில் குயில் ஆச்சுதடி என்றார். இங்கே அக்கச்சி என்ற ஒரு சொல்லை நம் பெருமானார்

கையாளுகின்றார். அக்கச்சி என்ற சொல்லைப் பிரித்தால் அக் + அச்சி என்று ஆகும். அச்சு என்பது முக்கியமானது. அக் என்பது ∴ ஆகும். கீழிரண்டு புள்ளிகள் முகத்திரண்டு கண்கள். மேலுள்ள புள்ளி நெற்றிக் கண். மனித உடம்பில் இந்த மூன்று கண்கள் தான் அச்சு ஆகும். தவத்திற்கு ஆயுதம் இந்த மூன்றுமே. அதனால் தான் இதனை ஆயுத எழுத்து என்றார்கள்.

44. ஆயுத பூஜை கொண்டாடுவதன் தத்துவம் என்ன ?

நவராத்திரி விழாவில் கடைசியாக ஆயுத பூஜை அதற்கடுத்த நாள் விஜயதசமி. அதாவது மகிஷாசுர சம்மாரம் முடிந்த கடைசி நாள். இதன் விளக்கம் என்னவெனில் மகிஷம் என்பது எருமை. எருமை என்பது தாமச குணம். அசுரன் என்பது தாமத குணத்தினால் உண்டாகும் கேடுகள். ஆயுத பூஜை என்பது குருவின் அருளால் நெற்றிக் கண்ணைத் திறந்து கொண்டு தவம் செய்து தாமச குணத்தை வெல்வதே மகிஷாசுர சம்மாரம்.

45. வேதங்கள் ஆகமங்கள் புராணங்கள் இதிகாசங்கள் இவை பற்றிய வள்ளலார் கருத்து என்ன?

அவைகளில் உண்மைகள் கூறப் பட்டுள்ளன. ஆனாலும் அந்த உண்மை களைப் பாமர மக்களும் புரிந்து கொள்ளக் கூடிய வகையில் வெளிப்படையாகச் சொல்லாமல் மறைத்திருக்கின்றார்கள். அவைகளில் கூறப்பட்டுள்ள எல்லாச் சம்பவங்களும் கற்பனையே தவிர உண்மை வரலாறல்ல. உண்மை மறைக்கப்பட்டு விட்டதால் எந்த நன்மையைக் கருதி அவை எழுதப் பட்டனவோ அந்தப் பயன் மக்களுக்குச்சேரவில்லை என்பதே வள்ளலார் கருத்து. ஆதாரம்

வேதாகமங்கள் என்று வீண் வாதம்
ஆடுகின்றீர்
வேதாகமத்தின் விளைவறியீர் சூதாகச்
சொன்னவலால் உண்மை வெளிதோன்ற
உரைத்தலிலை
என்ன பயனோ இவை.

46. திருஞானசம்பந்தர் திருநாவுக்கரசர் போன்றோர் திரும்பி வருவார்கள் என்ற பேச்சிற்கே எப்படி இடமில்லையோ

அவ்வாறே வள்ளலாரும் திரும்பி வருவார் என்ற பேச்சிற்கே இடமில்லை என்று கூறுகிறார்களே உண்மையா?

இல்லை. திருஞானசம்பந்தர் திருநாவுக்கரசர் போன்றோர் தாம் இருந்த காலத்தில் உடம்பை மறைத்துக் கொள்ளும் சித்துக்கள் பெற்றதாக இல்லை. ஆனால் வள்ளலார் 1870ம் ஆண்டே தன் உடலை மறைத்துக் கொண்டு ஆறு மாதங்கள் கழித்து வெளிப்பட்டிருக்கிறார். பிறகும் பலமுறை மறைந்து மறைந்து பின்னர் வெளிவந்திருக்கிறார். இதை அவரது தலை மாணாக்கர் தொ. வேலாயுத முதலியார் அடையாறு பிரும்ம ஞான சங்கத்திற்கு அளித்த வாக்குமூலத்தில் கூறியுள்ளார். உடலோடு மறைவதும் பின்னர் உடலோடு வருவதும் வள்ளலார் பெற்ற பேறு, எனவே முன்போலவே மீண்டும் வள்ளலாரால் வர முடியும். வருவார்.

47. அவர் உடலோடு மறைந்ததற்கு அரசு ஆதாரம் உண்டா?

ஒருவர் இறந்து விட்டால் அவரது சொத்துக்களை அவரது வாரிசுதாரர் உடனே அனுபவிக்கலாம். ஆனால் ஒருவர்

காணாமல் போய் விட்டாலோ சட்டப்படி ஏழு ஆண்டுகள் கழிந்த பின்னர்தாம் வாரிசுகள் அவரது சொத்துக்களை அனுபவிக்க முடியும். இதுதான் இந்திய நாட்டுச் சட்டம். வள்ளலார் 1874ம் ஆண்டு ஜனவரி 30ம் நாள் காணாமல் போய் விட்டார். அவர் பேரிலிருந்த வடலூர் தருமச்சாலை உள்ளிட்ட நிலங்களுக்கு அரசாங்கத்தார் ஏழு ஆண்டுகள் சட்டப்படிக் காத்திருந்தே 1881ம் ஆண்டு மார்ச் மாதம்தான் ஏஜண்டுகளை நியமித்தனர். வள்ளலார் காணாமல் போனதற்கு இதுவே போதுமான ஆதாரமாகும்.

48. வள்ளலார் மறைந்திரந்த காலங்களில் என்ன செய்திருப்பார்?

தவம் தான் செய்திருப்பார். வேறு என்ன செய்திருக்க முடியும்.

49. இப்புத்தகத்தை இதுவரை படித்ததனால் எதை மக்கள் அறிந்து கொள்ள வேண்டும்?

நல்லதொரு வினா. பொறுமையுடன் படியுங்கள் :

1. மனிதப் பிறவி எளிதில் கிட்டாத ஒன்று. நமக்குக் கிட்டியுள்ளது.
2. பிறந்தோம் வாழ்கிறோம் இறக்கப் போகிறோம் என்ற அறிவு விளக்கம் மனிதனை தவிர வேறு எந்த ஜீவனுக்கும் கிடையாது.
3. மனிதனாய்ப் பிறந்து ஏன் மரணம் அடைய வேண்டும் என்று சிந்திக்க வேண்டும்.
4. பிணி, மூப்பு, பயம், துன்பம், ஆபத்து, விபத்து போன்ற மரணத்திற்குரிய காரணங்களை உணர வேண்டும்.
5. நம்மைப் போலப் பிறந்து வளர்ந்த வள்ளலார் மரணத்தைவென்றிருக்கிறார் என்பதை நன்றாக உணர வேண்டும்.
6. நம்மாலும் மரணத்தை வெல்ல முடியும் என்ற நம்பிக்கை கொள்ள வேண்டும்.
7. முதலில் மாமிச உணவை உண்ணாமல் அதை அடியோடே மறந்து விட வேண்டும்.

8. வள்ளலார் கூறியுள்ள ஆகாரப் பக்குவத்தையும், இந்திரிய ஒழுக்கம், கரண ஒழுக்கம் முதலியவற்றையும் அதி தீவிர விருப்ப முயற்சியுடன் பழக வேண்டும்.
9. ஒரு நல்ல குருவை அடுத்து நமது நெற்றிக் கண்ணைத் திறக்கப் பெற்றுக் கொண்டு ஒவ்வொருவரும் தவம் செய்ய வேண்டும்.
10. அந்தத் தவ உஷ்ணந்தான் உடம்பை மாற்றும் சக்தி உடையது என அறிய வேண்டும்.
11. சினம் காமம் உட்படத் தீய குணங்கள் அனைத்தினையும் நீக்க வேண்டும்.
12. சரியை கிரியை யோகம் ஞானம் ஆகிய நான்கு நெறிகளிலும் நிற்க வேண்டும்.
13. சமயத் தெய்வங்கள் அனைத்தும் கற்பனையே என்று தீர்க்கமாக அறிய வேண்டும்.
14. வள்ளலாரையே தெய்வமாக ஏற்றுக் கொண்டு பக்தி செய்ய வேண்டும். அவர் காட்டிய வழியில் தவறாமல் நடக்க வேண்டும்.
15. எல்லா ஜீவன்களிடமும் இரக்கம் காட்ட வேண்டும். அந்த இரக்கத்திற்கு ஓர் அளவு இருக்கக் கூடாது.

16. பிற உயிர்கள் மீது காட்டும் தயவு ஒன்றினால் மட்டுமே அருளைப் பெற முடியும் என்று உணர வேண்டும்.
17. கூடிய அளவு நிறைந்த மனதுடன் வாழப் பழக வேண்டும்.
18. வெந்நீரையே குடிக்க வேண்டும். வெந்நீரிலேயே குளிக்க வேண்டும்.
19. ஜீவகாருண்யம் முதற்படி, அதனுடன் ஒழுக்கம், பக்தி, ஆகாரக் கட்டுப்பாடு, தவம் முதலியவற்றை விடாது கடைப்பிடித்தால் மரணத்தை வெல்லலாம்.

இப்புத்தகம் கிடைக்குமிடம்

1) மு. பாலு
98 நேரு தெரு
ஆழ்வார் திருநகர்
சென்னை-600 087

2) சிங்கப்பூர் சிவகுமார்

3) சுபாஸ்சந்திரன்
மலேசிய ஸ்ரீஅகத்தியர் சன்மார்க்க
குருகுல இயக்கம், மலேசியா

''''''''''''''